

periodiek; 38e jaargang n° 4
issn 1385-4321



Nederlandse
Kendo
Renmei

オランダ剣道連盟

2019.4

残心

ZANSHIN

KENDO | IAIDO | JODO

Nederlandse Kendo Renmei

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 Gevechtskunsten. Website: www.nkr.nl

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

Secretaris / EKF-administrator:
JOKE DE JONG
Overlandenweg 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 2018 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

ARNE REIMERS
e-mail: reim@hotmail.com

MARTIN VAN DIJK
e-mail: mvandijk86@gmail.com

Webmaster:
JOHAN VAN DE BROEK
e-mail: webmaster@nkr.nl

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

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

Deadlines kopij:
2019/4: 1 november 2019
2020/1: 1 februari 2020
2020/2: 1 mei 2020

Coach Nederlands Kendo Team:
Werner Kamadi
Tel.: 06-25082208
nerius@gmail.com

Manager Nederlands Kendo Team:
SEEKEE CHUNG
TEL.: 06-42234844
seekeechung@hotmail.com

Coach Nederlands Iaido team:
Cees van der Zee
076-5874035

Manager Nederlands Iaido team:
Piotr Kukla
pkukla@gmail.com

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

Van de redactie

Al weer het laatste nummer van deze jaargang; het jaar is voorbij gevlogen.

In dit nummer uitgebreide verslagen van de Europese Kampioenschappen iaido, alwaar we geen slecht figuur geslagen hebben; bij de teamkampioenschappen werden we Europees kampioen. Dat is, na het damesteam op de EK kendo, al het tweede nederlandse team dat een belangrijk toernooi wint. Nu het jodo-team nog voor een hat-trick....

Ook bij de (kendo) jeugd doen we het goed, getuige het verslag van Mariko Sato in deze Zanshin.

Die goede resultaten komen natuurlijk door het vele trainen in nationaal verband... Teamtraining, Centrale Training, Seminars, de nkr agenda is in de loop der jaren voller en voller geworden. Een "vrij weekend" is er nog maar sporadisch.

Het is dat de kerstdagen midden in de week vallen, anders wist iemand er ongetwijfeld wel een "Kerst-Seminar" uit te wringen....

Veel leesplezier..!

Jack Tacke
redactie Zanshin

In dit nummer

Van de Voorzitter	3
Van het Bestuur	4
Open Koryu Seminar	5
EK Iaido, Athene	6
Waarom je een iaido wedstrijd wint	12
Overdenkingen bij verdieping van iaido	14
Agenda	achterpagina



Om te beginnen wil ik het Nederlands Iaido-team van harte feliciteren met het winnen van het 26ste Europees Kampioenschap Iaido, dat onlangs in Athene is gehouden. In 2018 waren zij er al dichtbij met een derde plaats. Dit jaar dan de uiteindelijke beloning van hard trainen onder aanvoering van Cees van der Zee met het bereiken van de hoogste podiumplek. Noël Fonhof heeft het uitstekend gedaan door in de 1e dan divisie het goud te behalen. In de 4e dan divisie behaalde Stan

Engelen een mooie derde plaats en als klap op de vuurpijl ook de fighting spiritprijs. Piotr Kukla heeft in de 5e dan divisie de fighting spiritprijs behaald.

Niet alleen de aansprekende resultaten op Europees niveau zijn belangrijk. Zeker ook de resultaten van onze jeugd zijn belangrijk. Op 9 november hebben een aantal jeugdkendoka meegedaan aan de 27ste Düsseldorf Cup. De Nederlandse spelers hebben drie medailles weten binnen te halen. In de divisie 'zonder bogu' heeft Rehan Choudrey (Renshinjuku) de eerste prijs behaald. Bij de 'juniores' teamwedstrijden heeft Mokuseikan 1 de derde plaats behaald. Bij de 'jeugd' heeft een mixteam van Mokuseikan en Renshinjuku de tweede plaats behaald. Ook deze spelers van harte proficiat!

Helaas bereiken ons niet alleen leuke berichten. Onlangs werden we opgeschrikt door het bericht dat Louis Vitalis betrokken was geweest bij een ongeluk. Hij werd op zijn fiets aangereden en werd twee dagen later wakker in het ziekenhuis. Van het hele gebeuren kon hij zich niets meer herinneren. Hij bleek gebroken ribben te hebben en een aantal kneuzingen en hoofdwonden. Inmiddels is hij weer thuis en kan hij aan zijn herstel gaan werken. De gebroken ribben zullen hem nog wel enige weken parten blijven spelen. Wij wensen hem een spoedig en volledig herstel toe.

Op 7 december heeft onze ere-voorzitter Hein Odinet de leeftijd van 88 jaar bereikt. Ondanks dat hij zelf niet meer zo mobiel is, laat hij toch nog regelmatig zijn neus zien bij evenementen, want zijn belangstelling voor alles wat met de NKR te maken heeft is er niet minder om geworden. We hopen ook komend jaar hem weer regelmatig te kunnen begroeten bij een NKR-activiteit.

KITAMOTO 2020

Binnenkort verwacht ik weer de convocatie van het internationale Kendo Zomer Seminar in Kitamoto te ontvangen. Elk jaar, behalve in het jaar dat er een WK kendo is, wordt dit door de AJKF georganiseerd. Het is bedoeld voor kendoka met minimaal de derde dan, die zich bezighouden met het lesgeven in kendo. Per land mogen er drie kandidaten worden genomineerd. De uiteindelijke selectie wordt door de AJKF gemaakt. Voor komende zomer zijn er al twee aanmeldingen bij mij binnengekomen. Er is dus nog één plekje beschikbaar. Als iemand geïnteresseerd is en wat meer informatie wil, kan hij of zij een mail aan mij sturen. De details, zoals data, van komend seminar heb ik nog

niet, maar ik kan wel wat vertellen over de algemene gang van zaken. Er is ook altijd de mogelijkheid examen te doen.

Ik wil afsluiten met het bedanken van alle leden die op één of andere manier in 2019 een rol hebben gespeeld bij het reilen en zeilen van de NKR. Mijn medebestuurders, technische commissieleden, coaches, managers, lesgevers, scheidsrechters, redactie, organisatoren van seminars en wedstrijden, leden met een speciale taak, verenigingen en begeleiders. Ik heb bewondering en waardering voor allen die zich belangeloos inzetten voor kendo, iaido en jodo en de fantastische bond die wij zijn.

Ik wens iedereen fijne feestdagen en een voorspoedig 2020.

Koos van Hattum
Voorzitter

Van het Bestuur

Het jaar 2019 is omgevlogen.

Tijdens de laatste bestuursvergadering, die we hadden op 11 oktober jl. heeft het bestuur de Shogo aanvraag van Aad van de Wijngaart voor Kyoshi positief beoordeeld en bij een volgende gelegenheid zal Aad het bijbehorende diploma worden uitgereikt. Aad van harte gefeliciteerd!

Er is ook uitvoerig gesproken over hoe wij in de toekomst de financiën op orde kunnen houden.

De vorige ledenvergadering is besloten in ieder geval de contributie voor de NKR met 5 Euro te verhogen. Eind februari 2020 zal de incasso aangeboden worden en de rekeningen verstuurd.

Vriendelijk verzoek aan iedereen om er rekening mee te houden dat er een bedrag van 65,- voor Senioren en 32,50 voor Junioren afgeschreven zal worden.

Mocht je besluiten om ook van de incasso korting van 5,- euro gebruik te willen maken in 2020, dan verzoek ik om mij (joke.dejong.t@gmail.com) een mail te sturen met akkoordbevinding. Ik kan het dan in de ledenadministratie aanpassen, zodat onze penningmeester Elise Heijboer de contributie kan incasseren.

Beide zomerseminar zijn geëvalueerd. De datum voor het komende Kendo seminar 2020 met Nabeyama Sensei is bekend en het seminar zal gehouden worden op vrijdag 31 juli, zaterdag 1 augustus en zondag 2 augustus wederom in Sporthallen Zuid. Houd deze datum vrij.

Officieel zou er ook weer een zomerseminar laido/Jodo gehouden worden (even jaren) maar vanwege het grote evenement dit jaar is besloten weer een seminar te houden in 2021.

Het bestuur heeft namens de NKR een bloemetje en bonbons gestuurd naar de onfortuinlijke Louis Vitalis en wij wensen hem een spoedig herstel.

Er staat weer een nieuwe LMA 3 opleiding aan te komen waar inmiddels 3 van onze leden zich voor hebben ingeschreven. De opleiding start op 18 januari 2020. Het examen hiervan staat gepland op 28 november 2020. Mocht iemand hier belangstelling voor hebben dan verwijs ik naar de website www.fogevechtskunsten.nl, hier vind je meer informatie.

Het komende EKF scheidrechterseminar in Brussel begin februari heeft een andere opzet. Er kunnen alleen nog scheidsrechters deelnemen, die ook daadwerkelijk bereid zijn uitgezonden te worden naar het komende EK in Noorwegen en het WK in Parijs in 2021. Er zijn geen 2 groepen meer.

Voor Nederland zullen Winston Dollee, Mariëlla Van der Schans en Pakwan Ratchatasavee als fighters heen gaan.

De Pre-Entry voor het komende EK Kendo in Noorwegen is gedaan.

Aan het eind van het jaar zijn er helaas 57 rechtmatige opzeggingen. Dit kunnen er jammer genoeg nog meer worden als de leden, die hun contributie 2019 nog niet betaald hebben uitgeschreven worden.

De eerste Centrale Kendo training is deze keer weer in Zwolle in Topsportcentrum Landstede en wel op 5 januari 2020.

Ook de deelnemers bij de verschillende kennismakingscursussen bij diverse dojo zijn hierbij van harte uitgenodigd. Komt allen zou ik zeggen.

De NK Kyu en Teams Kendo worden dit jaar in Wageningen georganiseerd op 14 juni 2020.

Dankzij de inzet van Patrick Toda van Kendo Kai Higashi heeft de gemeente Wageningen Kendo weer toegelaten als zwaardvecht-kunst en niet als vechtsport beoordeeld.

Tenslotte nog een verzoek: Als je inlogt op de website www.nkr.nl en je kijkt bij je eigen gegevens en de gegevens kloppen druk dan aub. niet op "save", want op dat moment krijg ik een mail en moet dan zien wat er veranderd is, terwijl er niets veranderd is. Soms drukt men per pagina op "save" en dan ontvang ik meerdere mailtjes hierover.

Als er wat gewijzigd is dan kun je de "save-button" gebruiken en ontvang ik een mail hiervan.

Je mag mij eventueel dan ook een mailtje sturen met de wijzigingen.

Namens het bestuur wens ik iedereen een mooie kerstperiode en goed en gezellig 2020.

Namens het bestuur
Joke de Jong
Secretaris

News from Amsterdam.....

On Friday November 22nd I was riding my bike next to the Amstel river. Usually it is very quiet there, so an ideal place to ride my bike.

Next thing I remember was waking up next to Jolanda in the hospital, three days later! Broken ribs, concussion and a few cuts and bruises. I was hit by a car, and brought to the hospital by ambulance. I have no recollection of the event, nor the two days following it. I was sent home on Monday the 25th, and have been resting at home since.

Today I went for a follow up x ray of the chest, and fortunately it looked very well. The doctor told me that the broken ribs will take 4 to 6 weeks to heal, and the pain will continue for 3 more weeks.

As long as I take it easy, I'll be fine!

So for the rest of this year I have canceled all my activities and will focus on recovery. I hope to be able to beat you again in keiko sometime next year.

I have received many mails and cards, wishing me luck, and I am very grateful for that!

Best regards,

Louis Vitalis
p.s.: I would be nowhere without Jo's help!

15e Open Koryu Jodo Seminar



Vanaf vrijdagavond 8 november t/m zondag 10 november hebben een 30-tal jodoka's deelgenomen aan het 15e open Koryu Jodo Seminar.

Voor dit jaarlijkse terugkerend seminar waren de docenten Louis Vitalis, 7e dan jodo Kyoshi en Rene van Amersfoort, 8e dan jodo Kyoshi.

De jodoka's kwamen uit verschillende landen in Europa, te weten Hongarije, Duitsland, België, Zwitserland en uiteraard Nederland.

Zaterdag werden er eerst delen van de Omote en Chudan kata doorgenomen, waarna een aanvang werd gemaakt met de 3e groep: Kage-waza. Voor sommigen onder ons er een van, oh ja zo ging die, voor andere een geheel nieuwe ervaring. Voor degene die niet of nauwelijks zijn onderwezen in koryu kata werd onder

leiding van Vitalis sensei omote en chudan kata beoefend en aangeleerd.

De zondag is met dit programma in 2 groepen verder gegaan. Het seminar werd afgesloten met Tanjo-jutsu voor iedereen.

Voorwaar weer een prachtig seminar, waar weer veel te leren viel. We kijken dus uit naar de 16e versie welke wordt gehouden van 13 t/m 15 november in de Meern.

Ik hoop dat veel jodoka's weer aanwezig zullen zijn.

Johan van den Broek

Europse Kampioenschappen Iaido 2019, Athene



De eerste dag in Athene hebben we een bezoek gebracht aan de Akropolis en enkele musea daar omheen. Helaas liep Elise Heijboer bij terugkomst een enkelblessure op waardoor de wedstrijden helaas voor haar onmogelijk werden. Gelukkig was Jolanda van der Veer als fysiotherapeute aanwezig om haar te verzorgen.

De volgende dag vond het seminar plaats met uitstekende uitleg van de Japanse sensei Kusama, Tanno en Nakamura, waarbij 's middags de scheidsrechters onder handen werden genomen. Op zaterdag begon het individuele EK. Van de negen deelnemers ging alleen Ratna Karis niet door naar de KO rondes. Ze had twee zware tegenstanders maar voor deze eerste deelname liet ze wel zien dat ze terecht uitgekozen was.

Waar in het verleden maar weinig mensen ver kwamen in de KO rondes kwamen dit jaar verrassend veel iaidoka's verder. Bob Jagernath verloor alleen van de latere winnares Clematine Ferreiro uit Frankrijk, Sander Filon won twee wedstrijden en verloor ook van een latere winnares de Slowaakse Adriana Nagyova, van haar verloor Stan Engelen na twee keer met 3-0 gewonnen te hebben door een vergeten kata (!) in de halve finale en Piotr Kukla won eerst met 2-1 van de sterke Pool Machura en verloor ook alleen maar van de latere winnaar de Zweed Jesper Waldestal.

Dus waren er belangrijke prijzen voor de Nederlandse deelnemers: de fighting spiritprijs ging verdiend naar Piotr Kukla en Stan Engelen. Stan verdiende de bronzen medaille.

En dan was er nog Noël Fonhof: hij won alle wedstrijden met 3-0 in de shodanklasse en na een fraaie finale ook het goud. Leuk om bij de prijsuitreiking weer het Wilhelmus te horen.

Op zondag waren er twee evenementen: het EK voor teams en de examens.

Het Nederlandse team bestond uit Noël Fonhof (shodan) Stan Engelen (yondan), Piotr Kukla (godan) en Elise Heijboer (godan). Zij hadden de vorige dag al goed gepresteerd, dus het team was redelijk kansrijk. In de poule wonnen ze met 3-0 van Jordanië en met 3-0 van Duitsland. Daarna werd met 2-1 gewonnen van Ierland en met 2-1 van Zweden.

De halve finale was bereikt waarin het sterke Italië met 3-0 kloeg. Tenslotte ging in de finale het gastland Griekenland met 2-1 onderuit: het goud was binnen. Opnieuw was het Wilhelmus te horen bij de prijsuitreiking.





De examenresultaten waren ook goed : Ratna Karis behaalde de shodan en vader Patrick en zoon Noël Fonhof behaalden de nidan.

Tijdens de sayonaraparty werden de goede resultaten behoorlijk gevierd.

Mijn dank namens het team gaat uit naar manager Piotr Kukla die veel voorbereidend werk heeft gedaan, naar de NKR die de deelname deels heeft bekostigd en de deelname heeft mogelijk gemaakt, naar de Nederlandse scheidsrechters die ook nu weer vaak van stoel moesten wisselen vanwege de deelname van Nederlanders bij veel wedstrijden en zelfs twee finales en naar Jolanda van der Veer die een verzorgende taak had voor het team.

Helaas kon Jores van Wensen door een blessure niet mee naar Athene en moest op het laatste moment Dennis Pieloor afzeggen vanwege familieomstandigheden. Voor volgend jaar weer hard trainen voor een herkansing.

Voor mij als coach zie ik het EK als een belangrijk leermoment voor de deelnemers. Je ziet de groei van de iaidoka's in de loop der jaren en Nederland doet goed mee op het Europese niveau dat steeds hoger komt te liggen. Dit jaar waren er bijna 250 deelnemers uit 24 landen.

Ieder jaar mogen er weer twee nieuwe mudanners mee naar het EK: voor alle dojo's een oproep om de beginners te laten deelnemen aan het Mudantoernooi op 8 maart a.s. in Zoetermeer. En deelname aan het Ishido seminar en de wedstrijden is voor iedereen belangrijk als selectiemoment voor het komende EK 2020 in Servië.

*Cees van der Zee
coach Nederlandse Iaidoteam*



Iaido EK 2019 – een nidan in Athene



We gaan naar Athene! Als je een sportevenement lading wilt geven, dan moet je er Athene aan toevoegen. Het is dit jaar de 26e editie van de Europese Kampioenschappen Iaido en ik mag er gelukkig weer bij zijn. Bovendien is dit het grootste EK Iaido ooit qua deelnemers, dus mijn verwachtingen van het evenement zijn hoog.

We starten na de selectietrainingen met een vol team, met 2 kandidaten per dangraad. Helaas vliegen Jores en Dennis door omstandigheden niet mee, Griekenland tegemoet.

Een imposant Athene verwelkomt ons en we gaan de uitdaging aan met een beklimming van de Akropolis op de donderdag.

HET SEMINAR

De vrijdag is de dag van de reset. Alles buiten Iaido doet er niet meer toe. De sensei uit Japan zetten de standaard en spreken hun verwachtingen uit. Ik ben blij Kusama-sensei weer te zien, altijd in voor een grapje tijdens zijn uitleg. Ook op Nakamura-sensei begin ik gesteld te raken, nu ik voor de derde keer les van hem mag hebben. Een nieuw gezicht voor mij is Tanno-sensei die tijdens ganmen ate duidelijk maakt dat we ons onder ware meesters mogen bevinden. Ik val even stil. We zijn in Athene. En begeven ons onder goden.

Als je bij ganmen ate met je saya vast zit in je hakama, dan zijn er uiteraard redmiddelen of traukjes. Maar de steek terug in de saya, die we mogen aanschouwen, doet de kaken open vallen. Wat een vaardigheid. "Don't do this, unless your Tanno-sensei."

Geïnspireerd door de sensei wil een ieder de diepte in duiken en aan de slag met die laatste puntjes. Maar het is helaas druk in de zalen en bij de lagere graden ziet Nakamura-sensei zich genoodzaakt terug te vallen op de basis. Voetenwerk wordt het. En snedes zonder zwaard. Maar dat maakt niet uit. Ondanks dat geen zwaard de lucht mag doorklieven, ziet Nakamura-sensei enkel aan onze handen al, dat er werk aan de winkel is. Ai, zijn we wel klaar voor de wedstrijden morgen?

INDIVIDUALS

Vandaag moet mijn dag worden. Al m'n geschuif zonder zwaard op de houten vloer thuis, de dojo-trainingen, centrale trainingen, seminars en de teamtrainingen hebben geleid naar deze dag. M'n eerste jaar op het EK was ik echt op van de zenuwen. Misselijk in de shiai. Keep your head cool. Move natural. Maar in m'n ooghoek het plagerige licht, springend langs de hamon,

terwijl het einde van mijn chiburi verradt dat het vanbinnen allemaal niet zo cool is. De druk was dat eerste jaar in Turijn intens, in Zawiercie gelukkig iets minder, en nu hier in Athene voelt het alsof ik weer een stap verder ben. Ik focus me op de kata's voor de poule en de knockouts en verdwijn in een bubbel.

M'n teamies en ik maken ons klaar tijdens de warming up onder het toezien van Jolanda en Cees coach. Een voor een mogen we de shiai betreden om oude bekenden en nieuwe vrienden het vuur aan de schenen te leggen. De hajime's bulderen door de zaal, maar ook door de huiskamers, waar het thuisfront de livestreams volgt.

Team NL doet het goed, met bijna iedereen door naar de knockout matches. Ik ben eerste in mijn poule en schuif vanwege een gunstige indeling direct door naar de achtste finale. Het wachten duurt lang en terwijl ik mijn nidan maatje Stefan verwacht te treffen, ontmoet ik helaas Milos. Dit is een goede tegenstander. Ik heb van deze Servische jongen puike matches gezien in Italië en Polen. Kan ik hem verslaan?

Ik verzamel al m'n moed en laat me tijdens het groeten niet van de wijs brengen. Ik ben goed warmgedraaid, de kata's liggen me en we zijn verdraaid nog aan toe in Athene! Bring it!

Glorieus ga ik ten onder. Milos is een maatje te groot en ik heb m'n laatste match gestreden. Toch voel ik me voldaan. Ik heb me niet laten opjagen en ik ben ervan overtuigd dat ik niet beter had kunnen presteren.

Later zie ik de livestreams terug en moet ik wel lachen om de foutjes, onzuiverheden en m'n aparte timing.

De komende jaren is er in ieder geval voldoende om aan te werken!

Ik plop uit m'n bubbel en ik zie m'n teamies schitterend sneuvelen of meedogenloos vlaggen binnenharken.

Het avontuur stopt voor Stan bij een bronzen plak en een Fighting Spirit. Piotr krijgt ook een Fighting Spirit. Noel stevent echter resoluut op z'n doel af. Vorig jaar was de teamcompetitie al een voorbode voor wat dit jaar zou komen (Mr. Godanslayer) en hij maakt het waar. Noel laat in de finale geen twijfel voor wie er gevraagd moet worden en staakt de strijd pas wanneer de gouden medaille binnen is!



GO TEAM NL!

De zondag is voor mij een rustige dag, mijn strijd is gestreden, maar toch ben ik niet kalm.

Ja, er is gevraagd of wij de pendelbus later willen nemen naar de sporthal, maar toch staan we allemaal klaar om mee te gaan. Enkel Piotr, Stan en Noel zullen vandaag tijdens de competitie in actie komen.

Eenmaal in de zaal is het weer terug in de sfeer van gisteren. Ik denk aan de woorden van EKF president Dieter Hauck bij het afsluiten van de zaterdag. Tijdens de landenwedstrijden is er eindelijk ruimte voor unfinished business. Het eurovisie songfestival met zwaarden, laat maar komen!

Vanaf de tribune kijken we neer op ons team dat aan het opwarmen is. De blikken die ze uitwisselen en de houding van Cees zeggen genoeg. Zaterdag was een goede dag voor de golden boys en vandaag zal niet anders worden.

Ik begin te hummen, te neuriën en vervolgens ontsnappen de eerste woorden. Ik oefen het Wilhelmus, 1e couplet, 6e couplet. Echt, het gaat gebeuren, dat moet wel. Ik kan een stiekeme glimlach niet onderdrukken. Ondertussen wordt het thuisfront digitaal warm gestoomd voor de matches. Sander, Ratna en ik vullen de Whatsapp groep met plaatjes en praatjes terwijl de live streams worden gestart.

We starten in onze poule met Jordanië en Duitsland, maar daar gaan we gemakkelijk aan voorbij en eindigen als 1e in de poule. Ierland is vervolgens de tegenstander in onze eerste knockout match. Vol verwachting wachten we tot de vlaggen voor Noel omhoog gaan, maar de shinpan vlaggen tegen. Ineens is het spannend. Gaan Piotr en Stan het doen? Ze laten niets aan het toeval over, delen zware klappen uit en stellen de volgende match zeker.

Noel start tegen Zweden. En hij windt er geen doekjes om. Ondanks de 3 dangraden verschil pakt hij de match met 2-1. Piotr stelt met 3 vlaggen de match veilig, waardoor Stan de ruimte krijgt, al staande tegenover vers Europees kampioen Jesper in de Godan categorie. Jesper wint, maar we zijn door naar de volgende ronde.

In de halve finale ontmoeten we La Squadra Azzurra. Een team vol talent en bekende yon- en godanners. In de eerste wedstrijd

loopt Noel op met sandanner Chiara. Ik typ in de Whatsapp groep "Can Bonacina take the heat?" Ze mist haar noto en Noel wint met 2-1. Piotr is supersteady en laat geen vlag over voor nidanner Ilaria. Weer is Stan vrij om te shinen, zoals alleen hij dat kan, en pakt overtuigend de wedstrijd met 3-0 tegen godanner Cauda.

Het wordt rumoerig in de zaal. We staan in de finale tegenover Griekenland. Oei, het gastland... zouden ze...? Ik vang her en der gesprekken op over Team NL. "Their iai is of a very high level". Dat kan ik alleen maar beamen.

Noel gaat op tegen yondanner Perlepe en verliest van haar met 2-1. Piotr schakelt nidanner Agnostopoulos uit met 3-0, waardoor we weer gelijk op gaan. Stan doet het en geen scheidsrechter hoeft te twijfelen. 3-0, the end, bam, tsjakka, goud, de zaal barst los! Een gouden plak bij de teamwedstrijden, voor het eerst in 26 jaar! En ik mag dan eindelijk m'n scheur opentrekken. Het Wilhelmus start en niet eerder was ik zo trots om het uit volle borst te mogen zingen.

Naast trots te zijn, op de jongens met hun prijzen en de andere dames en heren van het team, aan wiens zijde ik heb mogen strijden, ben ik dankbaar. Dankbaar dat ik deel mag zijn van een groep hardwerkende en intelligente mensen. Bedankt Jolanda als medical assistant en Piotr als team manager, maar in het bijzonder Cees die voor de 10e keer Team NL naar en door het EK leidde. Als bedankje hiervoor ontving hij bij het afscheid op luchthaven Eindhoven een speciale gegraveerde bokken met handgemaakte foedraal.

Cees, nogmaals bedankt voor alles!

Bayu van Houten



De exacte zin kan ik mij niet meer voor me halen, het kwam neer op 'Heb je interesse om mee te doen aan het EK Iaido in Athene?'. Ik kan me nog herinneren dat ik een twijfelachtig antwoord gaf, ik geloofde mijn oren namelijk niet. 'Ik als mudan-ner mee? Ik? Waarom ik? Ik ben helemaal niet zo goed', dat waren de eerste gedachten die door mijn hoofd dwaalde, gevolgd door 'Maar, ja, wat een eer!'. Dat antwoord gaf ik niet direct, ik moest het nog even laten bezinken. Het idee dat ik voor het allereerst een EK mocht gaan meemaken vond ik fantastisch, spannend en een tikkeltje eng.

Meer in de dojo trainen en beter mijn best doen, dat wilde ik er nog graag even bij proppen. Helaas kwam het er niet van. Natuurlijk is het niet realistisch dat ik binnen een paar maandjes mijlpalen aan verbetering ging bereiken. Dit is het en daar moet ik het maar mee doen, desondanks knaagde er diep van binnen een gevoel van onzekerheid.

Het avontuur begon ontspannen met een dagje sightseeing in Athene. Dat ontspannen gevoel veranderde in een sportieve bui op de vrijdag, de seminar dag. De twaalf kata werden één voor één behandeld door de sensei, waarna er nog meer op mijn waslijst aan verbeterpunten belandde. Ik realiseerde me wel dat de punten op mijn niveau nog niet erg van toepassing waren, maar je kunt er beter nu al rekening mee houden.

De volgende ochtend was mijn sportieve gevoel van de seminar-dag verdwenen en voelde ik me vrij neutraal tijdens het ontbijt, ik maakte me nog nergens druk om. Na het omkleden in het hotel

en wachten op de bus naar de zaal werd het steeds onrustiger in mijn hoofd 'Poeh, straks gaat het gebeuren, straks moet ik mezelf bewijzen'. Het feit dat ik wist dat ik één van de eerste zou zijn die op moest maakte de chaos in mijn hoofd alleen maar erger, ik hoopte in ieder geval dat mijn focus erin zou blijven zitten. Eenmaal de zaal bereikt liep ik deze met een compleet ander gevoel binnen. De sportieve instelling van een dag eerder nam een wending van 180 graden naar nervositeit, spanning en onzekerheid. Dit is een EK, geen NK, ik ken zo'n beetje niemand en zie nu iedereen met een oorlogsgezicht. Ze maken zich allemaal klaar voor een harde strijd en ik weet me daar nog niet in de plaatsen. Deze hele aanschouwing, het zien van al die iaidoka, de top van het land waar zij vandaan kwamen, was een totaal nieuwe indruk wat mij alleen maar zenuwachtiger maakte. Ik liet de moed mij niet in mijn schoenen zinken en zocht een plekje uit om de kata zelf door te nemen. Eenmaal opgewarmd was mijn gemoedstoestand vele malen beter en met een gezonde dosis zenuwachtigheid was het wachten op de start van de wedstrijden.

Tijd om na te denken had ik niet meer op het moment dat ik stond te wachten in de buurt van de shiai-jo, het was alleen maar een hart in mijn keel en een knoop in mijn maag op een manier waarop ik het nog nooit gevoeld had. Jolanda, onze medical assistant, was er even voor de mental support en stak een hart onder de riem. Ik betrad de shiai-jo geconcentreerd en was niet met mijn Russische tegenstander bezig. Mai was de eerste kata en de schuif naar voren na de nukitsuke verliep enorm stroef op de plek waar ik zat. 'Nee hè, dat hebben ze vast gezien, ah nee'. En toen, poef, alsof mijn focus een rookbom gooide en op magi-



sche wijze verdween. Ik probeerde me niet gek te laten maken en de focus weer terug te halen, helaas tevergeefs. Alle vlaggen gingen naar mijn tegenstander en dat kwam best hard aan. Ik baalde enorm dat ik direct hierna weer op moest, zonder dat ik van de voorgaande klap kon herstellen of überhaupt mijn focus terug kon vinden. Na een aantal diepe ademhalingen liep ik de shiaiyo weer op en bij het in seiza gaan zitten nam ik even goed de tijd mijn hoofd te legen waarbij deze miezerige nanoseconden wel uren leken te duren. Deze wedstrijd voelde wel oké en toch gingen alle vlaggen naar mijn Slowaakse tegenstander, oei. Mijn gedachte was nog steeds een vacuüm, er zat helemaal niks totdat ik de shiaiyo uit liep en coach Cees en Jolanda zag staan. Ineens werd ik overspoeld door alle onderdrukte spanning van de wedstrijden en kreeg ik na een heleboel lieve woorden toch een klein beetje natte oogjes. Ik had mijn beste gedaan en dat benadrukte coach Cees ook. Eenmaal kalm van binnen en het accepteren van wat er gebeurd is kwam er een gevoel van positiviteit. Wat is het een ontzettende eer dat ik hier heb mogen strijden tegen mudan-toppers en mijn iaido heb mogen laten zien. Ik vroeg me af waarom ik mij af en toe zo onzeker heb gevoeld, dat was namelijk nergens voor nodig! Dat half uurtje rondom de twee wedstrijden waren zo enorm leerzaam, waarbij ik een kant van

mezelf heb mogen ervaren die ik nog niet kende. Iaido voelde anders nadat ik die shiaiyo uit stapte, ik heb verloren maar ik heb nog meer gewonnen door dit gedaan te hebben.

De rest van de dag heb ik mijn teamgenoten mogen zien strijden en wat hebben die hard gevochten! De zondag erna heeft Team NL de gouden plak binnengehaald. Goud! Het Wilhelmus luidde door de zaal, wat voelde dat goed.

De eerste EK ooit voor mij. De eerste keer dat ik op zo'n manier een rollercoaster beleefde op 1 ochtend tijdens de individuele wedstrijden. De eerste keer dat ik zo'n geweldig evenement kon proeven met Europese toppers, eerlijk waar onvergetelijk. Dankbaar ben ik coach Cees dat ik deze kans kreeg, om met de rest van het geweldige Nederlandse team te mogen strijden.

Ratna Karis

Waarom je een iaido wedstrijd wint (of verliest)



Een mooi voorbeeld ter illustratie hiervan, vond jaren geleden plaats in Londen tijdens een seminar onder leiding van Ishido sensei. Hierin werd een voorbeeld wedstrijd gehouden tussen Morishima en een van de Europese deelnemers.

Dat het met de geoefendheid van Morishima wel goed zit hebben we allemaal kunnen ervaren tijdens het grote zomerseminar in Eindhoven, afgelopen augustus waar hij meermaals oogstrelend iaido liet zien.

Tijdens die wedstrijd in Londen kreeg Morishima ingefluisterd dat hij aan het einde van de zevende ZNKR kata SanPo-Giri in plaats van Jodan no kamae en O chiburi nu eens moest eindigen met yoko chiburi. Een in veler ogen grote fout. Toen ons dan ook gevraagd werd wie hier moeten winnen kreeg onze Westerse collega, die foutloos de kata had uitgevoerd, veruit de meeste stemmen. Maar in tegenstelling tot wat de meeste deelnemers dachten had Morishima toch de wedstrijd moeten winnen! Ishido sensei

doceerde dat zijn mate van geoefendheid immers veel groter was dan die van de andere deelnemer.

In een kleine sporthal van het Delta sportcomplex in Athene werd een jury naast me apart geroepen door Kusama sensei, de ZNKR delegatieleider, die het Europees Kampioenschap iaido begin november begeleidde. Hij had opmerkingen over de wijze waarop beslissingen werden genomen en wilde goed laten door-dringen waarop je nu eigenlijk moet beslissen, welke criteria het zwaarst moeten wegen en wie van de twee iaidoka dan uiteindelijk de wedstrijd zou moeten winnen.

Yuki Kanto (een van de Belgische deelnemers die fungeerde als 'native Japanese' vertaalster van Kusama's adviezen) en ik waren toevoorder en wij besloten dat meer mensen dit zouden moeten weten. Daarom ben ik in de pen geklommen en tot dit artikel-tje gekomen. Mijn hoop is dat niet alleen scheidsrechters hun beslissingen hiermee kunnen verbeteren, maar ook dat deelnemers aan wedstrijden zich beter kunnen voorbereiden om zo in de toekomst nog betere resultaten te kunnen bereiken.

We hebben het bij iaido ook niet makkelijk met de vele soms wat zachte criteria die gelden om beslissingen te nemen. Slechts de zes minuten tijdmeting bij iaido is echt objectief en voor iedereen makkelijk controleerbaar. Toch is ook met de subjectieve meetlat prima een correcte beslissing te nemen. Tijdens het scheidsrechters seminar voorafgaand aan te wedstrijden werd steeds aan de oefenende scheidsrechters gevraagd hun genomen beslissing toe te lichten. Allerlei punten kwamen dan stevast naar voren maar slechts zelden was de volgorde daarvan juist toegepast.

Het veruit belangrijkste criterium waarnaar gekeken moet worden is namelijk simpelweg wie van de twee de betere iaidoka is. En dat kun je zien aan de mate van geoefendheid, 'depth of practice' zoals staat in de ZNKR manual. Dat klinkt misschien als een open deur maar uit de praktijk van beslissen door veel scheidsrechters blijkt dat zeker niet. Het was Kusama opgevallen dat de krachtigste iaidoka vaker won. Een mooie hasuji imponeerde blijkbaar de juryleden. Ook viel het hem op dat juryleden blijkbaar foutjes tellen maar daarbij vergeten te kijken naar wat echt belangrijk is.

In het ZNKR manual staat onder artikel 7 dat de volgende punten beslissend zouden moeten zijn en wel in de hieronder genoemde volgorde;

1. Depth of practice.
2. Etiquette (correct attitude, manners).
3. Technique:
 - a. Correct Nukitsuke, Kiritsuke
 - b. Correct Sayabanare, Hasuji
 - c. Correct Chiburi, angle
 - d. Correct Noto
4. Mental attitude:
 - a. Calmness
 - b. Metsuke (looking)
5. Spirit, Zanshin (alertness), timing, distance
6. Ki Ken Tai Itchi.
7. Iaido should be rational as Budo
7. Reference is made to "Points to look for in Refereeing and Examinations of ZNKR iai".

Ja, zo vertelde ook Nakamura sensei in Athene later nog eens, het vaststellen van fouten of foutjes tijdens een wedstrijd is belangrijk, maar niet eerder dan als beide deelnemers qua geoefendheid gelijkwaardig lijken te zijn. Pas als laatste mag dan het maken van de minste of kleinste fouten als beslissend criterium gaan gelden. Dat wordt ook niet voor niets als allerlaatste punt genoemd in bovenstaand lijstje.

Door consequent naar het grotere plaatje te kijken en veel minder naar details is het kiezen van een winnaar voor iedereen ook veel makkelijker. Dit steeds toe te passen maakt de beslissingen van juryleden begrijpelijker en meetbaarder. En voor de deelnemers aan wedstrijden is het natuurlijk ook eenvoudiger om hun training toe te spitsen op te verbeteren zaken als bovenstaande lijstje in de juiste volgorde wordt toegepast.

André Schiebroek

Dutch juniors won 3 gold medals at the 27th Dusseldorf Cup



The 27th Dusseldorf Cup has been held on 9th of November.
Dutch juniors won 3 medals!

- Without Bogu (Category B)
1st place: Choudrey Rehan (Renshinjuku)

- Team 3 person junior
3rd place: Mokuseikan1

- Team 3 person youth
2nd place: Renshinjuku Mokuseikan MIX



More results on:
<https://kendojidai.com/2019/11/15/27th-dusseldorf-cup-individual/>

<https://kendojidai.com/2019/11/15/dusseldorf-cup-team/>

Mariko Sato

Dutch National Junior Kendo training



On November 16th, Dutch National Junior Kendo training has been held. Young National Team members mainly lead this training. The aim of this joint training is to promote friendship and strengthen Junior Kendo in the Netherlands.

The number of participants are increasing and on that day, it was a really nice training.

Mariko Sato

Overdenkingen bij verdieping van laido



We kennen allemaal de drie stadia bij het beoefenen van een budodiscipline: Shu - Ha - Ri

Eerst leren we de basisoefeningen via de sensei, later gaan we die basis verbreden en vervolgens zoeken we naar verdieping en eigen inbreng.

Bij het zoeken naar verbreding en verdieping zijn de begrippen afstand en reactiesnelheid twee belangrijke factoren. Bij het uitvoeren van een kata moet je je bewust zijn van de afstand tussen jou en de tegenstander en je moet reageren op een (mogelijke) actie van de aanvaller.

Aangezien bij iaido bij aanvang van het gevecht jouw zwaard zich in de saja bevindt, is elke actie een reactie op de (mogelijke) actie van de tegenstander.

We gebruiken daarvoor enkele Japanse uitdrukkingen.

Maai heeft de betekenis afstand.

We kennen in meerdere budodisciplines onder meer de volgende afstanden tussen twee of meer vechters:

- To ma = een afstand waarbij meerdere passen gemaakt moeten worden voor het contact.
- Itto ma / Issoku Itto no ma = op één pas afstand.
- Chika ma = kleinere afstand, in sommige gevallen te klein voor het trekken van het zwaard.

Voor de reactiesnelheid gebruiken we de volgende Japanse termen: (sen = snel, go is na)

- Sen sen no sen = intuïtief voel je een actie aankomen en je neemt zelf het initiatief voor een actie.
- Sen no sen = er wordt een actie ingezet waarbij jij reageert vóór de actie is afgerond.
- Go no sen = je wacht de actie af maar ontwijkt de aanval of vangt de aanval op.

Elke iaido kata kun je met behulp van deze begrippen invullen, het begrip kasoteki wordt zo ruimer ingevuld. Die invulling kan individueel natuurlijk variëren.

Bij mae is de afstand klein (zwaardlengte) en brengt de tegenstander zijn handen naar het zwaard. Jij reageert sneller op de mogelijke aanval. Sen sen no sen of sen no sen is hierbij van toepassing.

Bij Uke nagashi komt de tegenstander op je af lopen en tijdens diens laatste stap kom je omhoog en weer je de aanval af door het zwaard langs je te geleiden waarna de kirioroshi volgt: go no sen.

Bij kesa giri komt de tegenstander in je gedachten in jodan of hasso op je af lopen en vlak vóór zijn kirioroshi (itto ma) trek jij je zwaard en volgt de opwaartse snede. Sen no sen.

Bij sanpo giri schrik je de eerste tegenstander voor je af (die gaat naar to ma) maar van rechts nadert de volgende met het zwaard in jodan. Zodra die de laatste stap maakt voor de kirioroshi reageer jij sneller en snijdt over zijn hoofd en draait meteen op de juse 180 graden naar links, want die tegenstander komt ook in jodan op je af. Zonder stap (de tegenstander zet de laatste stap) volgt jouw kirioroshi sneller dan die van hem: sen no sen. Tenslotte staat de eerste tegenstander op itto ma waardoor jij de stap voorwaarts maakt met de kirioroshi. Opnieuw sneller dan die tegenstander kan aanvallen: sen no sen.

Bij suete tsuki loopt de tegenstander naast je (chika ma), hij legt zijn handen op het zwaard, maar jij draait snel naar hem toe, trekt het zwaard en snijdt van nek naar de heup. Daarbij moet je naar achteren stappen vanwege de korte afstand. Je bent sneller dan de tegenstander kan trekken: sen sen no sen of sen no sen.

Bij nuki uchi komt de tegenstander op je af lopen in hasso of jodan en zet op itto ma de laatste stap en de kirioroshi in. Jij ontwijkt die aanval en neemt de aanval over. Go no sen. Je staat nu op itto ma en stap naar voren met de kirioroshi.

Deze invulling van de acties binnen een kata zijn mijn persoonlijke interpretaties, er zijn natuurlijk allerlei variaties mogelijk. Door op deze wijze de kata's te oefenen wordt in mijn beleving elk gevecht (met denkbeeldige tegenstanders) realistischer en kun je beter onderscheid tonen tussen de acties en de momenten van zanshin.

Cees van der Zee

Ishido Cup 2020

Met de feestdagen voor de deur, staat het nieuwe jaar alweer op ons te wachten. Met nieuwe voornemens en goede moed, gaan we het nieuwe budo jaar tegemoet. Gelukkig hoeven we in het nieuwe jaar niet lang te wachten, totdat we weer in actie mogen komen. Want bijna is het weer zover: op zaterdag 25 en zondag 26 januari 2020 zal de 22e editie van de Ishido Cup plaatsvinden in sporthal Helsdingen te Vianen.

Een seminar in de ochtend, waarbij top-docenten uit Nederland en Europa lesgeven; een taikai (toernooi) in de middag; en om de dag af te sluiten met als zenuwslopende knaller – examens t/m vijfde dan. Op zaterdag wordt het iaido-seminar geleid door Jock Hopson sensei, en zondag zal René van Amersfoort sensei het jodo- seminar leiden.

De inschrijvingen zijn reeds geopend en zijn beschikbaar via de website: www.nkr.nl/ishidocup (sub-kop Registratie). Houdt Facebook en de NKR-website in de gaten voor verdere updates!

Let op: het inschrijven voor de examens dient apart te worden gedaan van de inschrijving voor de seminars & wedstrijden! Voor meer informatie over het evenement, de locatie, verblijf en een volledig overzicht van de aanwezige docenten, verwijzen wij jullie graag naar de website.

Tenslotte nog een belangrijke oproep:

Heb je tijd op één van de dagen waarop je niet deelneemt? Wil je meedoen aan het seminar maar niet aan de wedstrijden? Heb je familie of vrienden die het leuk vinden om iets aan jouw passie bij te dragen? Kom als vrijwilliger meehelpen tijdens het toernooi! Stuur ons een e-mail via ishidocup@nkr.nl, dan kunnen wij samen zorgen voor een soepele en mooie dag voor iedereen.

Namens de organisatie alvast goede feestdagen, de beste wensen en tot ziens eind januari!

Piotr Kukla
Liam Myers
Jolanda Myers – van der Veer
de Ishido Cup-commissie



Nederlandse Stichting Shinkage ryu

ZONDAG 5 JANUARI 2020 NIEUWJAARSSEMINAR

Onder leiding van:

René van Amersfoort sensei
kyoshi 7^e dan iaido

Geassisteerd door:

David Smits sensei
6^e dan iaido

Elaine van Ommen Kloeke sensei
6^e dan iaido

Programma 5 januari:

9.15 Zaal open
10.00 – 12.30 ZNKR Iaido
12.30 – 14.00 Lunch
14.00 – 18.00 ZNKR Iaido

Locatie:

Sportzaal Engelerhout
Engelerpark 3
5221 AM 's-Hertogenbosch



Meld je nu aan via het inschrijfformulier:
<https://bit.ly/35CQTW7>

De Nederlandse Stichting Shinkage ryu nodigt je van harte uit voor het achtste Nieuwjaarsseminar voor ZNKR iaido onder leiding van René van Amersfoort sensei op zondag 5 januari 2020. Dit is DE kans om net na de feestdagen actief te blijven en wedstrijd- of examengericht het jaar te beginnen. De Ishido Cup komt er al snel aan en daar wil je natuurlijk een beetje beslagen ten ijs komen!

- De deelnamekosten zijn €30,- voor de hele dag, inclusief lunch.
- Betaling dient voor 3 januari voldaan te zijn op rekeningnummer IBAN: NL70 RABO 0151 9203 89 t.n.v. Nederlandse Stichting Shinkage ryu te Nieuwegein.
- Na afloop wordt er op eigen rekening gedineerd bij restaurant Treurenburg. Adres: Treurenburg 1, 's-Hertogenbosch.

Voor verdere vragen, mail Stan Engelen via secretaris@shinkageryu.nl

N.K.R. Activiteiten 2020

Kendo		Jodo/Iaido
21-dec-19	ABKF Winter Seminar en Nakakura Cup (Brussel)	ABKF Winter Seminar (Brussel)
22-dec-19	ABKF Winter Seminar en Nakakura Cup (Brussel)	ABKF Winter Seminar (Brussel)
5-jan-20	CT Kendo en beginners 11.00 - 14.00 uur (Landstede, Zwolle)	
18-jan-20	Teamtraining 10.30 -13.00 uur Zoetermeer	
19-jan-20	Teamtraining 10.30 -13.00 uur Zoetermeer	
25-jan-20		Ishido Cup (Vianen)
26-jan-20		Ishido Cup (Vianen)
1-feb-20	Scheidsrechtersseminar Brussel	
2-feb-20	Scheidsrechtersseminar Brussel	
15-feb-20	Teamtraining 10.30 -13.00 uur Zoetermeer	
16-feb-20	Teamtraining 10.30 -13.00 uur Zoetermeer	
23-feb-20	CT 10.00 - 13.00 uur + ALV Sporthallen Zuid Amsterdam, hal 1	CT 10.00 - 13.00 uur + ALV Sporthallen Zuid Amsterdam, hal 1
7-mrt-20	Teamtraining 10.30 -13.00 uur Zoetermeer	
8-mrt-20	Teamtraining 10.30 -13.00 uur Zoetermeer	Mudantoernooi en scheidsrechterseminar iaido (Zoetermeer)
14-mrt-20	Iijimacup (Zuid hal 1)	
15-mrt-20	Iijimacup (Zuid hal 1)	
22-mrt-20		CT jodo/iaido (10-13 Schermzaal/14-17 hal 3 Zuid)
5-apr-20	CT shiai+shinpan 11.00 - 16.00 uur (Zuid hal 3)	
11-apr-20	Teamtraining 10.30 -13.00 uur Zoetermeer	
12-apr-20	Teamtraining 10.30 -13.00 uur Zoetermeer	
18-apr-20	16-19 apr EK Kendo Norway	
19-apr-20		NK jodo/iaido Individueel (Utrecht) ism Yushinkan
3-mei-20	Edo Cup + Odinot Cup Vlaardingen ism FuMetsu	
17-mei-20	CT + Examen 11.00 - 16.00 uur (Zuid 2)	CT jodo/iaido (10-13 Schermzaal/14-17 hal 3 Zuid)
23-mei-20	Teamtraining 10.30 -13.00 uur Zoetermeer	
24-mei-20	Teamtraining 10.30 -13.00 uur Zoetermeer	
7-jun-20		NK jodo/iaido Teams (Den Bosch) ism Marobashikai
14-jun-20	NK Teams + Individueel Kyu (Wageningen)	
27-jun-20	Tengu Cup	
28-jun-20		CT jodo/iaido (10-13 Schermzaal/14-17 hal 3 Zuid)
4-jul-20		Muso Shinden Ryu-seminar
5-jul-20		Muso Shinden Ryu-seminar
31 juli - 2 aug	Kendo Summer Seminar (with Nabeyama sensei)	

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