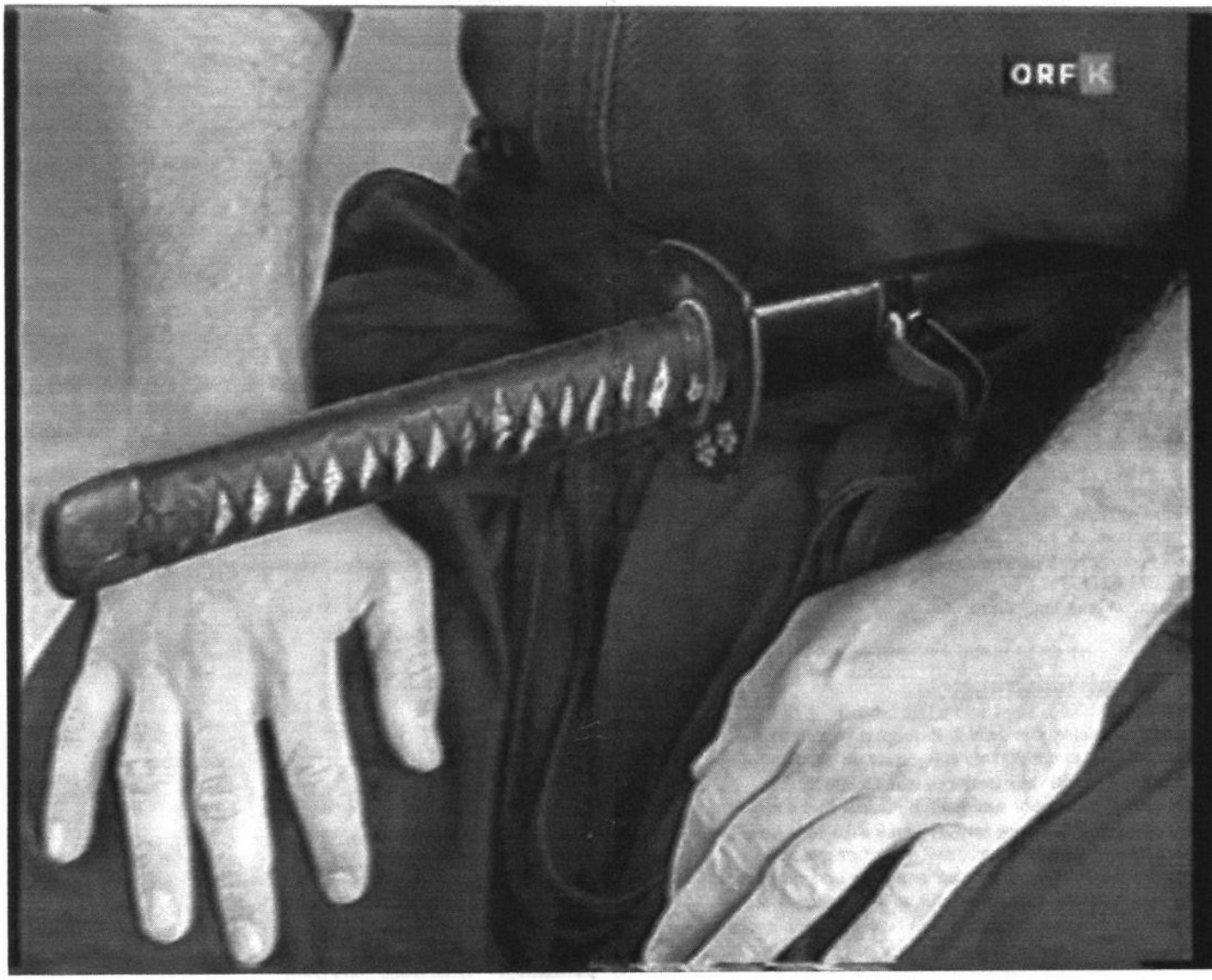
TPG Post
Port betaald
Port Payé
Pays-Bas

ZANSHIN



KENDO-IAIDO-JODO HOLLAND

PERIODIEK
23e jaargang,
nr. 1, februari 2004
ISSN: 1385-4321

Korenbloem 24
1422 KR Uithoorn

Dagelijks bestuur:

Voorzitter :
Hein Odinot
Noten Bogerd 17
3343 BG Hendrik-Ido-Ambacht
tel. 078-6816185
e-mail: h.odinot@nkr.nl

Secretaris:
Koos van Hattum
Hoofdstraat 87
3114 GD Schiedam
tel. 010-4191631
e-mail k.vanhattum@nkr.nl

Penningmeester:
Joke de Jong
Oeverlandenweg 32
7951 KL Staphorst
tel. 0522-253871
e-mail joke.dejong@planet.nl
treasurer@nkr.nl

Technische/wedstrijdzaken algemeen:
Aad van de Wijngaart
Havikshorst 85
2317 AM Leiden
tel. 071-5225198
e-mail: aad@euronet.nl

Webmaster:
Rob van Acht
Assenstraat 26
5224 VA 's-Hertogenbosch
tel. 073-6211734
e-mail: webmaster@nkr.nl.

Ledenadministratie:

Secretariaat: Koos van Hattum (zie boven)
Het lidmaatschap van de N.K.R. loopt per kalenderjaar.
De contributie voor 2004 is vastgesteld op **€ 60,– voor senioren en € 30 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 2 x per jaar geïncasseerd.
Accept-giro betalingen worden jaarlijks geïnd per februari.
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 rekening Postbank 3223156 t.n.v. Nederlandse Kendo Renmei (bond) te Staphorst.
Inschrijfgeld wedstrijden s.v.p. overmaken per dojo onder vermelding van het aantal leden op bovengenoemde rekening.

N.K.R.
Opgericht in 1966. Ingeschreven bij de Kamer van Koophandelte '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

Commissieleden:

Technische zaken Iaido/Jodo:
Aad van de Wijngaart (zie boven)
André Schiebroek
tel. 040-2836664
e-mail: a.a.g.schiebroek@inter.nl.net

Commissieleden Kendo
Gerard Barbier
tel. 010-4294279
e-mail: g.barbier@hccnet.nl
Marije Wouters
Tel. 020-6724398
e-mail: marijew@xs4all.nl
Rogier van Bijnen
tel. 013-5430544
e-mail: r.h.j.vanBijnen@uvt.nl

Redactieleden Zanshin
Bert Heeren Vormgeving en Opmaak
Korenbloem 24
1422 KR Uithoorn
tel.-fax.: 0297-534835
e-mail: kendo@kabelfoon.nl

Wim Boot:
tel.: 020-6434889
e-mail: filboot@hotmail.com

Public Relations en Advertenties/Sponsoring:
Guido Minnaert
Tel. 020-7766623
e-mail: gjm_minnaert@hotmail.com

Coach Nederlands Kendo Team
Akemi van Acht-Kaneda
Tel. 073-6211734
e-mail: akaneda@europe-it.com
Manager: Joke de Jong

Coach Nederlands Iaido team
Wim den Haan
Tel. 0168-327029
e-mail: wdenhaan@westbrabant.net
Manager: Edwin de Wit

Coach/manager Nederlands Jodo team
Edwin de Wit
Tel. 0181-644331
e-mail: ksk@chello.nl

Contactpersoon Opleidingen L.M.A. (Leraar Martial Arts)
Hans Pegtel
Tel. 079-3417899
e-mail: pegtel@worldonline.nl

Plaats	Dojo	Kendo	Jodo	Iaido	Naam	Telefoon	e-mail adres
Alkmaar	Budo Musachi			*	Visser H.P.H	072-5721781	
Amersfoort	Jikiden Eishin Ryu Iaido			*	Jordan Y.	06-53396497	info@jikiden.com
Amstelveen	Renshinjuku	*			Boot W. Heeren B.	020-6434889 0297-534835	filboot@hotmail.com kendo@kabelfoon.nl
Amsterdam	Mukudoku			*	Kamminga T.		atkamminga@tiscali.nl
Amsterdam	Museido	*			Grote Gansey T.	020-6790504	theagg@euronet.nl
Arnhem	Kendo Kai Higashi	*	*	*	Janssen T. Mansvelt Beck H.	026-3621973 026-4455176	kendokaihigashi@planet.nl flordefango@planet.nl
Aruba	Bun Bu Ichi	*			Velasquez S.	(++297) 873974	kendoaru@setarnet.aw
Beverwijk	Sportsch. Philipoom		*	*	LammertsvBueren	0223-691203	elavabu@quicknet.nl
Breda	Nami Kai	*		*	Sprundel P. van	076-5812540	paul_spr@zonnet.nl
Den Haag	Kendo Kai Den Haag	*	*	*	Haan W. den		w.denhaan@westbrabant.net
Den Haag	Kendo Kai Suzuki	*			Vermeulen M.	070-3388560	m.vermeulen@hcc.nl
Den Helder	S.C. Lavabu		*	*	LammertsvBueren	0223-691203	elavabu@quicknet.nl
Den Helder	Musashi		*	*	Golstijn R.	0223-625736	ron.golstijn@hetnet.nl
Drachten	Kitanamikai		*	*	Boerema Th. Glas R.	0594-549954 0512-522188	thijs.boerema@.nl
Eindhoven	Ren Bu Kan	*	*	*	Acht R. van	073-6211734	webmaster@nkr.nl
Groningen	Shin Bu Kan	*	*	*	Groot E. Riesenkamp W.	050-5777979 050-3130684	edwin@epgroot.demon.nl w.riesenkamp@wanadoo.nl
Harlingen	Jiki Shin Kan	*		*	Veltman H. Engel M.	0517-641731 0517-419483	jikishinkan@wanadoo.nl
Lutjebroek	Sportsch.. E. vd Zee		*		Zee E. van	0228-563152	
Meppel	Suirankan	*			Groot F. de Jong J. de	0522-261405 0522-253871	joke.dejong@planet.nl
Middelburg	Nami Kai	*		*	Ham H.	0118 491400	hans@kendo.nl
Rotterdam	Fumetsu	*	*	*	Oskam J. Blauw de D.	010-4666353 06-14118630	jifk.oskam@hetnet.nl blauw@terbergleasing.nl
Spijkenisse	Takai-Ryu		*	*	Hoog A. de	0181-624200	
Spijkenisse	Ken Shin Kan	*	*	*	Wit E. de	0181-644331	ksk@edewit.demon.nl
Tilburg	Nami Kai	*			Sprundel P. van	076-5812540	paul_spr@zonnet.nl
Utrecht	Shudo Kan	*	*	*	Brouwer A.	030-2316896	
Utrecht	SSV Nami Kai	*			Smits. D.A.		David.smits@phil.uu.nl
Utrecht	Yushinkan			*	Nispen J.van	010-49533534	joris@yushinkan.com
Vianen	Magatama Jodo		*		Heuvelmans J.	030-6034614	jefheuvelmans@hetnet.nl
Vlaardingen	Sportsch. E. Thomas	*	*		Loo E. van de	010-4748079	spthomas@wishmail.net
Zaandam	Sportsch. vd Nieuwendijk			*	Jordan Y.	06-53396497	info@jikiden.com
Zaandam	Shun Pu Kan	*		*	Oquendo R. Daeng Ngalle N.	065-6167267 0229-242902	www.karateschool.nl nindo@adslserver.servehttp.com
Zoetermeer	Kiryoku	*	*	*	Amersfoort R. van	079-3423935	gangaku@wanadoo.nl
Zoetermeer	Nekose	*	*	*	Grijs J. de	070-3238042	j.degrijs@wanadoo.nl
Zoetermeer	Shoshinkan		*	*	Pegtel H.	06-53582179	pegtel@worldonline.nl
Zoetermeer	Yotosama		*	*	Zwalve A.	079-3169419	yotosama@wanadoo.nl

Activiteiten kalender

Maand	Datum	Activiteit	Plaats	Tijd
Februari	1	Edo-cup	Calandhal	Vanaf 9.30 uur
	8	Jodo/Iaido-dag	Calandhal	10.00 – 17.00 uur
	29	Teamtraining kendo	Westend (Amstelveen)	10.00 – 13.00 uur
	28 (za)	Furuya-cup	Amstelveen	Vanaf 9.00 uur
Maart	5-7	Iaido-seminar (Ishido)	Parijs	
	14	CT kendo/iaido/jodo + ALV	Calandhal	
		Iaido/jodo:		Vanaf 10.00 uur
		Kendo:		Vanaf 11.00 uur
	21	Iijima Cup + NK jeugd	Zwolle	Vanaf 10.30 uur
	28	Teamtraining kendo	Westend (Amstelveen)	10.00 – 13.00 uur
April	4	Jodo/Iaido-dag	Calandhal	10.00 – 17.00 uur
	18	Kendo-dag	Calandhal	11.00 – 14.00 uur
	23-25 april	EK Kendo	Boedapest Hongarije	
Mei	16	NK jodo/iaido + kyu-ex.	Den Haag	Vanaf 10.00 uur
	30	Teamtraining kendo	Westend (Amstelveen)	10.00 – 13.00 uur
Juni	3-6	Jodo- en iaido-seminar (Ishido en Namidome)	Villingen (Duitsland)	
	6	Kyu-/Teamkamp. kendo	Eindhoven of Den Bosch	Vanaf 10.30 uur
	13	Jodo/Iaido-dag	Calandhal	10.00 – 17.00 uur
	27	Kendo-dag + examens	Calandhal	11.00 – 16.00 uur
Juli	-			
Augustus	1-3	Jodo-seminar (Ishido)	Amsterdam	
	4-6	Iaido-seminar (Ishido)	Amsterdam	

De toekomst

Zondag 1 februari 2004 was een gedenkwaardige dag aan het begin van het nieuwe jaar. De Calandhal was bomvol met deelnemers aan de Edo Cup, met begeleiders en belangstellenden.
Dertig teams namen deel aan de wedstrijden en deze kendodag kan met recht een feestdag genoemd worden.
Moge ik de hoop uitspreken dat het komende jaar alle activiteiten van de NKR bij kendo, iaido en jodo zoveel belangstelling mogen trekken en dat er net zo'n positieve sfeer mag zijn als gedurende afgelopen zondag.
Ondanks het feit, dat er wat financiële perikelen zijn, gaat het goed met onze NKR. Er komen nieuwe leden bij en de beginners cursussen worden druk bezocht. Van de vele aanmeldingen blijven er relatief weinig leden over. We moeten echter ook vaststellen, dat de belangstelling voor kendo, iaido en jodo groeiende is.

Komend jaar gaan we naar de EK kendo in Boedapest en ik heb de indruk, dat de Hongaarse organisatoren het goed aanpakken. De Nederlandse deelnemers moeten helaas een iets hogere eigen bijdrage betalen, maar de NKR kan uit eigen middelen toch nog voor een groot deel de kosten betalen.

In November gaan de iaido- en jodo afgevaardigden naar de EK in Stockholm. Ook daarvoor zal de NKR een belangrijke financiële bijdrage leveren. De hoogte daarvan weten we nog niet. Dat zal afhangen van het totale kostenplaatje.

In de zomer organiseert de NKR weer de seminar voor iaido en jodo in Amsterdam. Ondanks het feit, dat deze organisatie routine gaat worden, blijft het altijd een evenement waaraan de verantwoordelijke NKR mensen hard moeten trekken om het een succes te laten worden.

Gezien de positieve instelling van alle deelnemers tijdens de Edo Cup, verwacht ik dat vele leden NKR leden in het komende jaar aanwezig zullen zijn bij alle kendo- iaido- en jodo dagen; dat de team trainingen enthousiast zullen worden bezocht en er veel deelnemers zullen zijn bij de komende wedstrijden. Een compliment verdienen alle trainers, die altijd weer enthousiast de lessen en trainingen verzorgen.

Daarbij verwacht ik van iedereen een positieve instelling. Ik zou ook weer leden willen vragen om behulpzaam te zijn bij het goed laten lopen van de clubs in ons land en het goed verlopen van de activiteiten van de NKR.

Wanneer we dat allemaal inzien, dragen we bij tot het welzijn van onze NKR. Wanneer er een evenwichtige organisatie is draagt die bij tot een meer evenwichtige wereld.

Hebben we dat niet een beetje nodig tegenwoordig?

Hein Odinot

Van de bestuurstafel november 2003

EK jodo & iaido 2003

Nadat de NKR vorig jaar voor het eerst gecombineerde Europese kampioenschappen jodo en iaido organiseerde, was het nu de beurt aan de Fransen. Eind oktober trok Europa en omstreken naar Parijs voor liefst acht dagen iaido en jodo. Ondanks een moeizame start van de organisatie waren de EK opnieuw boeiend en inspirerend. Dat ze voor de Nederlandse teams ook succesvol waren, is met name te danken aan de opmerkelijke prestaties van Kevin Groos, die zowel bij jodo (nidan-divisie) als iaido (mudan) goud wist te behalen. Maar ook de beide teamkampioenschappen verliepen goed voor Nederland, want bij beide eindigden we op een derde plaats. Bij iaido bestond het team uit Kevin, Robert Zeegers en Hans Pegtel. Het jodo-team, bestaande uit Kevin, Eduard Faro en Jef Heuvelmans, verloor met slechts 1 vlag (van de 9) verschil van de Britten, die daarna in de finale Frankrijk versloegen.
In de individuele iaido-wedstrijden was er verder nog brons voor Bjørn Aris (sandan) en een fightingspiritprijs voor Maria Borrias. Kortom: de Nederlandse teams, gecoached door Wim den Haan voor iaido en Edwin de Wit voor jodo, handhaven zich goed in de Europese top.
Voor de Nederlandse scheidsrechters, René van Amersfoort en Aad van de Wijngaart, was het hard werken tijdens de vier (!) aaneensluitende dagen van de wedstrijden. René had daarbij de eer om te vlaggen in de jodo-finale.
Alles bij elkaar namen wedstrijden, seminars en examens acht dagen in beslag. Dat was wel wat lang, zoals Hein Odinot (als vice-voorzitter van de EKF) concludeerde in een van zijn vele onderhoudende toespraken tijdens het evenement. Volgend jaar spelen de beide EK's zich af in Stockholm, en blijft de duur beperkt tot zes dagen.

De teams en de begeleiders worden van harte gefeliciteerd met het behaalde resultaat!

Kendoboek

(Zou het er nu dan eindelijk van komen?)
Onlangs is de heruitgave van het kendoboek weer een stap dichterbij gekomen. Koos heeft het hoofdstuk shiai-regels herschreven en aangepast aan de laatste up-date van de IKF. Louis heeft de puntjes nog even op de 'i' gezet en de tekst is doorgestuurd naar Jack Tacke, die bezig is m.b.v. de bulletins het hoofdstuk geschiedenis aan te vullen. Jack verdient zo wie zo hier genoemd te worden aangezien hij degene is geweest die het voortslepende proces heeft vlotgetrokken.

LMA-cursus

Het ziet er naar uit dat in het voorjaar van 2004 (maart/april) weer een cursus Leraar Martial Arts zal starten. De opzet zal er iets anders uitzien dan de afgelopen keren, aangezien de FOG wil toewerken naar de nieuwe richtlijnen die gesteld zijn. Deze nieuwe richtlijnen gaan uit van competentiegericht onderwijs. Deze manier van onderwijs is mede ingegeven door de grote niveauverschillen die bij de deelnemers van de cursus werden geconstateerd. Competentie gericht onderwijs houdt rekening met de reeds aanwezige kennis en vaardigheden van de cursisten. Als men kan aantonen (diploma's, certificaten) dat men voor een onderdeel de kennis en/of vaardigheden reeds bezit kan een vrijstelling worden aangevraagd. De komende opleiding zal een overgangsfase zijn naar een definitieve vorm die in september 2004 moet starten.

Tenslotte:

Het is het bestuur opgevallen dat de laatste tijd activiteiten slecht worden bezocht. We vragen ons af wat hiervan de oorzaak is.
Om te beginnen het scheidsrechterstage-kendo waarvoor we dit keer Louis Vitalis hadden uitgenodigd. Behalve dat je iemand uitnodigt, die de finalepartij tijdens de WK tussen Korea en Japan heeft geleid en voor

dit stage vanuit Duitsland naar Nederland komt, is het voor elke dojoleider en alle anderen die van tijd tot tijd lesgeven een 'must' om hieraan deel te nemen. Scheidsrechteren kun je niet uit een boekje leren. Dit moet je 'doen', hierin moet je gecoacht worden. Ook als je geen ambitie hebt om bij toernooien of wedstrijden in Nederland te scheidsrechteren blijft het een 'must', omdat je je leerlingen moet voorbereiden op het doen van shiai. Maar al te vaak komt het voor dat kendoka niet snappen waarom ze een bepaald punt niet 'krijgen'; zien we een incorrecte tsuba-zeriai; of weet men niet hoe men moet 'instappen' , tegelijk groeten enz. Simpel gezegd, je doet je leerlingen tekort.
Ook het aantal deelnemers aan de NK-kendo was bedroevend laag. 32 deelnemers, terwijl het ledenaantal van de NKR nog nooit zo hoog is geweest. We hopen dat de dojoleiders hun leden in de toekomst wat meer kunnen aansporen om deel te nemen aan landelijke activiteiten. Het komt je ontwikkeling ten goede als je van tijd tot tijd je neus buiten de grenzen van je eigen dojo steekt. Zoals Hein Odinot na afloop van de laatste NK-kendo memoreerde: "Deelname aan wedstrijden en examens is een wezenlijk onderdeel van het doen van kendo (iaido en jodo). Hierbij kom je jezelf tegen en geeft je stof om verder te gaan." We hopen dat de dojoleiders hierin hun verantwoordelijkheid zullen nemen. Mochten er echter oorzaken zijn die deelname aan landelijke activiteiten belemmeren, dan horen we dat graag. Ook wij zijn ons bewust van onze verantwoordelijkheid.

Van de bestuurstafel februari 2004

Nieuwjaarstraining Zwolle

Het Nieuwe Jaar begon met een prima start met een goed bezochte centrale training die voor de eerste keer in de Stilohal in Zwolle werd gehouden. Deze training was tevens de afsluitende training voor de beginnerscursussen die in het najaar her en der in het land waren gestart. Suirankan had het voor elkaar gekregen TV Oost te interesseren voor deze dag en we hopen dat het voor de verenigingen in deze regio een positieve impuls zal zijn.

Bestuursvergadering van januari 1 februari jl.

De bestuursvergadering die na de Edo-cup is gehouden stond vooral in het teken van het voorbereiden van de ALV van maart. De nodige verslagen moesten weer worden ingeleverd zodat de Zanshin waarin deze verslagen, de agenda en de uitnodiging worden gepubliceerd, op tijd bij de leden op de mat ligt. Het bestuur had ook verschillende commissieleden hierbij uitgenodigd.

Ook de EK Kendo die in april in Budapest gehouden zal worden was een punt van gesprek. Akemi heeft besloten zich terug te trekken als coach van het team. We danken haar voor haar inzet en toewijding die zij in haar coachingsperiode aan de dag heeft gelegd. Haar plaats is ingenomen door Mark Herbold, die we veel succes wensen met dit jonge team. De selectie bestaat dit jaar uit zes deelnemers, te weten, Guido Minnaert, Rogier van Bijnen, Sjoerd Mostert, Gilburt Mudde, Andreas Kroeze en Werner Karnadi. De financiële middelen laten het helaas niet toe om dit keer Bill Pieplenbosch als verzorger mee te nemen. De overige begeleiders zijn Joke de Jong als manager en Koos van Hattum als delegation-leader. Louis Vitalis en Koos van Hattum zijn door de EKF geselecteerd om als scheidsrechter bij dit EK op te treden.

Een ander punt van gesprek was de voorbereiding van het iaido/jodo-zomerstage. Sporthal Zuid in Amsterdam is reeds gereserveerd. Ongeveer dezelfde groep leraren als afgelopen jaar wordt verwacht. Aad en André zijn druk bezig met de voorbereidingen en Jolanda houdt zich vanuit Duitsland bezig met het organiseren van de reis voor deze grote groep leraren.

Hans Pegtel, onze contactpersoon voor de LMA-opleiding voor zowel kendo, iaido als jodo, is onlangs bij een informatie bijeenkomst geweest bij de FOG om de start van de nieuwe cursus te bespreken. Hier bleek dat de informatie niet alle lidbonden volledig had bereikt (bij de NKR wel) en dat daarom de start van de cursus tot september wordt uitgesteld. Als mensen geïnteresseerd zijn om in september met deze cursus te starten, dan kunnen ze bij Hans de nodige informatie krijgen.

Koos heeft een nieuw draaiboek gemaakt voor het organiseren van wedstrijden kendo. Hierin staat uitgebreid vermeld wat in de voorbereidingsfase moet worden gedaan en wat op de dag zelf. Dit draaiboek is op te vragen bij de TC-kendo.

Bij het verschijnen van dit bulletin zullen de acceptgiro's inmiddels zijn verstuurd voor de contributie van 2004 en zal bij diegenen die een machtiging hebben afgegeven het eerste half jaar contributie zijn afgeschreven.

Jock Hopson zal dit jaar weer worden uitgenodigd om bij de NK iaido en jodo aanwezig te zijn.
Tot slot hebben we ons beziggehouden met het fenomeen dat het verloop van leden erg groot is. Per jaar schrijven bijna zo'n 100 leden zich in en iets minder leden schrijven zich uit. We kunnen dus spreken van een lichte groei, maar op een ledenbestand van circa 470 leden is dit een zorgwekkend verschijnsel. We zijn ons aan het beraden wat we in het werk kunnen stellen om deze grote stroom van mutaties te stoppen. Gedacht wordt aan het organiseren van een studiedag om dit probleem aan te pakken. We willen daarbij een deskundige uitnodigen om deze dag te leiden. Zodra er concrete afspraken zijn gemaakt zullen we hierover zo spoedig mogelijk berichten.

Namens het bestuur,
Koos van Hattum

Algemene Ledenvergadering

Aan: De leden van de NKR.

Hierbij nodigt het bestuur van de NKR u uit voor de Algemene Ledenvergadering.

- Datum: zondag 14 maart 2004
- Plaats: Calandhal, Hoekenes, Amsterdam-Osdorp
- Aanvang: 14.00 uur

Voorafgaand aan de vergadering is er een iaido-, jodo- en kendotraining.
De iaido-/jodotraining start om 10.00 uur, de kendotraining is vanaf 11.00 uur. Alle trainingen eindigen om 13.00 uur.

Agenda:

01 Opening door de voorzitter.
02 Ingekomen stukken en berichten van verhindering.
03 Bestuursmededelingen.
04 Notulen Buitengewone ALV d.d. 7 september 2003, gepubliceerd in "Zanshin" nr. 4 december 2003.
05 Verslag van de voorzitter.
06 Jaarverslag secretariaat 2003.

07 Financieel overzicht 2003 van de penningmeester.

08 Financieel overzicht 2003 van de materiaal-commissaris/webmaster.

09 Verslag kascommissie (Fred de Groot, Max Valstar, reserve John Bikkel) en benoeming nieuwe kascommissie.

10 Begroting 2004.

11 Verslag technische commissie. (kendo en iaido/jodo)

12 Verslag PR.-functionaris.

13 Verslag contactpersoon opleiding LMA.

14 Verkiezing bestuursleden: Aftredend en herkiesbaar is Koos van Hattum. Tegenkandidaten kunnen zich schriftelijk melden bij de secretaris tot uiterlijk één week voor de ALV.

15 Planning evenementen seizoen 2004/2005.

NK Kendo (nov.)-	Ishido-cup (januari)
Edo-cup (febr.)	Iijima-cup (maart)
NK iaido/jodo (mei)	NK Kendo kyu/team (juni)

16 W.v.t.t.k.

17 Rondvraag.

18 Sluiting.

Verslag secretaris over het jaar 2003

Samenstelling bestuur :	Voorzitter	Hein Odinot
	Secretaris	Koos van Hattum
	Penningmeester	Joke de Jong
	Webmaster	Rob van Acht
	Technisch Commissaris	Aad v.d. Wijngaart
Samenstelling Technische Commissie:	**Kendo**	**Iaido/Jodo**
	Gerard Barbier	Aad v.d. Wijngaart
	Rogier van Bijnen	André Schiebroek
	Marije Wouters	

PR: Guido Minnaert
Jeugdcoördinator: vacant
Contactpersoon Opleiding Leraar Martial Arts: Hans Pegtel

Bestuursvergaderingen werden gehouden op 11/1, 15/6 en 20/7.
Behalve de 'lopende' zaken zoals financiën, het regelen en bekostigen van de teams voor de EK-iaido/jodo en de WK-kendo en de organisatie van de landelijke beginnerscursussen, is veel tijd geïnvesteerd in het gemotiveerd aantekenen van beroep en het aanspraak maken op de hardheidsclausule bij het NOC/NSF om onze subsidie te behouden. Toen bleek dat alle moeite tevergeefs was, hebben we ons beziggehouden met het veilig stellen van de voortgang van onze basisactiviteiten en het uitschrijven van een Buitengewone ALV om op een democratische wijze te beslissen over wat ons te doen stond. Bijna unaniem was men voor verhoging van de contributie. Geen populaire maatregel in tijden dat alles duurder lijkt te worden. Onze hoop voor de toekomst is gevestigd op de nieuwe voorzitter van het NOC/NSF, Erica Terpstra, die de FOG en de gevechtssporten die daarbij zijn aangesloten een warm hart toedraagt.
Ook hebben we ons dit jaar gebogen over de vraag of er een verandering moest komen in de samenstelling en taakverdeling binnen het bestuur en de commissies die verschillende taken uitvoeren. We zijn tot de slotsom gekomen dat het organisatiemodel niet behoeft te worden veranderd. Wel is nodig dat de werklast en betrokkenheid over meerdere mensen moet worden verspreid. Voorlopig heeft dit geresulteerd in een uitbreiding van de TC-kendo (Rogier van Bijnen en Marije Wouters) en het aanstellen van Hans Pegtel die voor de NKR ,zowel voor kendo als voor iaido en jodo, de contacten gaat verzorgen met de LMA-opleiding.

Federatie Oosterse Gevechtskunsten:
Buiten de gebruikelijke penningmeestersbijeenkomsten in januari en augustus en de vergaderingen met de ledenbonden stonden de contacten met de FOG vooral in het teken van het behouden van onze subsidie en de vraag of we ons via de WOMAF (World Organisation of Martial Arts Federations) konden aansluiten bij de GAISF. Deze laatste optie blijkt voor de NKR een onmogelijke constructie aangezien hiervoor de IKF zijn medewerking zou moeten verlenen. Vooral onze penningmeester heeft zich de laatste maanden ingespannen om dit subsidiejaar er nog uit te halen wat er financieel inzat.

Ledenbestand:
Op 31 december 2003 had de NKR 468 leden. Dat is een verbetering ten opzichte van 2002 toen we 444 leden hadden. Er zijn in 2003 118 nieuwe leden ingeschreven en 94 uitgeschreven. Er zijn in 2003 beduidend meer nieuwe leden ingeschreven dan in 2002, toen het aantal nieuwe leden 75 bedroeg. Echter, het aantal uitgeschrevenen was ook hoger. In 2002 was dit aantal 64 personen.

De leden die hun contributie over 2003 nog niet hebben betaald zijn inmiddels uitgeschreven. Het lijkt er voorlopig op dat de contributieverhoging geen desastreuze gevolgen heeft gehad voor het ledenaantal. Er waren wel enkele gemotiveerde uitschrijvingen aangaande de verhoging, echter dit betrof in alle gevallen leden die niet actief deelnamen aan bondsactiviteiten. Dit waren over het algemeen mensen die de NKR een goed hart toedroegen, echter zij vonden het bedrag te hoog worden om als 'sponsor' te blijven fungeren, wat een alleszins begrijpelijke keuze is. Werkelijke graadmeter is echter de periode dat de acceptgiro's de deur uitgaan en de incasso's worden geïnd.

Ledenaantal op 31-12-2003

	Vrouwen	Mannen	Totaal
Tot 18 jaar	11	61	72
18 jaar en ouder	43	353	396
Totaal	54	414	**468**

Ledenaantallen van de laatste jaren:

1991	1992	1993	1994	1995	1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003
314	313	331	324	328	375	367	358	412	418	433	444	468

Ledenaantallen verdeeld naar discipline:

kendo	iaido	jodo	kendo/iaido	kendo/jodo	ken-/iai-/jodo	iaido/jodo	onbekend	Totaal
267	77	22	20	6	30	45	1	468

Dojo:
Ook dit jaar zijn er weer dojo's bijgekomen. Zoetermeer heeft een vierde dojo (Shoshinkan) alwaar iaido en jodo kan worden getraind o.l.v. Hans Pegtel. Yvonne van de Wetering is een eigen dojo begonnen in Amersfoort en zij geeft iaido-les bij sportschool Siem v.d. Nieuwendijk. Bij dezelfde sportschool heeft ook kendo-vereniging Shun-Pu-Kan onderdak gevonden. Vorig jaar meldde ik nog dat zij naar Alkmaar zouden zijn vertrokken, maar dit bleek niet het geval. Sportschool Rebel (kendo) in Huizen is dit jaar van de lijst van dojo afgevoerd. Er is nooit officieel bericht gekomen dat de activiteiten daar gestopt zijn, maar al enkele jaren is er niets meer van deze dojo vernomen.

Bulletin: In 2003 zijn 4 bulletins verschenen. (februari, juni, augustus en december). De redactieleden en de inzenders van kopij worden weer van harte bedankt.

Website: In 1998 heeft Rob van Acht het initiatief genomen een website voor de NKR te gaan ontwikkelen. Tijdens een bestuursvergadering werd besloten dat we na twee jaar het project zouden evalueren. Deze evaluatie heeft nooit plaatsgevonden om de eenvoudige reden dat de site vanaf het begin een succes bleek en er daarna nooit een seconde aan de noodzaak is getwijfeld. Ook na ruim 5 jaar worden er nog regelmatig complimenten gemaakt in het 'gastenboek'. Wij sluiten ons hierbij aan. Vermeldingen in Gouden Gidsen en advertenties in kranten zijn overbodig geworden. Iedereen weet de NKR en de aangemeldde dojo's te vinden.

Verslag PR-functionaris

In 2003 ben ik vooral in het begin van het jaar redelijk actief bezig geweest met het zoeken naar sponsors vanwege de Wereldkampioenschappen kendo. Ik heb toen redelijk veel Japanse bedrijven aangeschreven, helaas zonder resultaat. De meeste bedrijven stuurden zelf binnen twee weken een reactie dat zij hier geen budget voor hebben, of geen interesse in hebben en andere bedrijven heb ik persoonlijk nagebeld. Het is dan echter heel erg moeilijk om uiteindelijk de juiste persoon te spreken en ook dit is uiteindelijk zonder resultaat gebleven.

Aan het einde van 2003 heb ik nog met een ander bedrijf redelijk veel e-mail contact gehad over een mogelijke sponsoring, maar ook hier heb ik nog geen resultaat kunnen boeken.

Ondanks de tegenvallende resultaten van het afgelopen jaar, wil ik toch dit jaar weer gewoon proberen om sponsors binnen te halen. Ik verwacht echter dat de persoonlijke benadering veel betere resultaten zou kunnen geven. Daarom hoop ik dat iedereen binnen de NKR mij eventuele prospects betreffende sponsoring wil doorgeven. Zelf wil ik me dit jaar ook wat meer richten op een sponsorcampagne die inspeelt op de populariteit van 'The last Samurai' en 'Kill Bill'.

Op basis van deze filmhype is media-aandacht op dit moment een minder groot probleem dan voorheen. Deze trend is natuurlijk tijdelijk maar ik denk wel dat de individuele verenigingen hiervan kunnen profiteren.

Tenslotte is ook september 2003 weer een landelijke beginnerscursus van start gegaan. Helaas was de opkomst bij de landelijke trainingen wat minder dan vorig jaar, maar aangezien het pas de tweede keer is dat deze cursus in deze opzet is gehouden moeten we hier nog geen conclusies uit trekken. Ook dit jaar zal ik weer een en ander proberen te coordineren. Hopelijk kan ik er nu al iets eerder tijd voor vrij maken.

De commissie die tijdens de laatste BLV is samengesteld waarbij de website, de Zanshin en het Public Relations gedeelte regelmatig overleg zullen hebben is in 2003 nog niet echt van de grond gekomen. In dit nieuwe jaar zal de commissie echter kijken wat voor mogelijkheden er door nauwere samenwerking kunnen worden gerealiseerd.

Persoonlijk zal ik me dit jaar ook inzetten voor de vernieuwing en restyling van folders en flyers die voor de gehele NKR te gebruiken zijn.

Guido Minnaert

Presentatie en toelichting jaarcijfers 2003 Nederlandse Kendo Renmei

Beste leden,

Onderstaand en op de volgende pagina's treffen jullie de cijfers van het afgelopen jaar 2003 aan.

Iedereen is inmiddels doordrongen van de financiële situatie die gaat ontstaan in de toekomst door het wegvallen van de subsidies.
Uit de balans blijkt, dat er de afgelopen jaren gelukkig een goede reserve is opgebouwd. Er staat nog een klein bedrag openstaande contributie (debiteuren) uit. Ook zijn er nog andere bedragen te vorderen over 2003.

Uit het financiële overzicht blijkt, dat wij het afgelopen jaar afgesloten hebben met een winst van € 12.853,57, wij zijn dus al behoorlijk zuinig geweest, echter als je de ontvangen subsidie (rek.nr. 8006) hiervan aftrekt, dan ontstaat een verlies van
€ 14.836,--.

En dan de begroting 2004. Ra ra hoe kan dat, toch een bedrag van te ontvangen subsidie op de begroting opgenomen. De verklaring hiervoor is als volgt: over het afgelopen jaar 2003 hebben wij nog subsidie tegoed van de FOG.
En tijdens het afgelopen penningmeesteroverleg hebben wij te horen gekregen, dat dankzij de overgangsregeling gelukkig ook voor het komende jaar nog een bedrag beschikbaar komt.

Regeren is vooruitzien en wij kunnen dit jaar gebruiken om een goed acquisitieplan op te zetten voor de komende jaren, zodat in de toekomst heel veel activiteiten doorgang kunnen blijven vinden.

Ik denk, dat de cijfers voor zich spreken. Mochten er nog vragen zijn, dan zal ik die graag beantwoorden tijdens de algemene ledenvergadering.

Staphorst, 4 februari 2004

Joke de Jong

Balans per 01-01-2004 Nederlandse Kendo Renmei

Rekeningnr.	Grootboekrekening	Debet	Credit
500	Kapitaal per 01-01-2003		€ 13.694,67
510	Winst Boekjaar 2003		€ 12.853,57
1000	Kas	€ 90,60	
1110	Breedtesport rek. 2851263	€ 3.440,04	
1120	Postbank 3223156	€ 383,60	
1150	Kapitaalrek. 3223156	€ 22.500,--	
1190	Kruisposten	€ 0,00	
1200	Debiteuren	€ 134,--	
Totaal	Eigen vermogen	€ 26.548,24	€ 26.548,24

Financieel overzicht Nederlandse Kendo Renmei 2003

Grbknr	Omschrijving	Begroot Debet	Begroot Credit	Werkelijk Debet	Werkelijk Credit
	Uitgaven				
4000	Bestuurskosten	800.00		709.40	
4001	Bankkosten	40.00		51.00	
4002	Contributie	1.085.00		985.96	
4003	Automatiseringskosten	600.00		639.92	
4004	Kantoorkosten	400.00		572.36	
4005	PR	500.00		0.00	
4006	Vergaderkosten	400.00		132.70	
4007	Zanshin	3.600.00		3.844.56	
4008	Wedstrijdkosten	650.00		294.22	
4009	Zaalhuur	5.000.00		5.823.33	
4010	Teamtrainingen	750.00		0.00	
4011	Seminar	4.000.00		0.00	
4012	NK Kendo	600.00		464.73	
4013	NK Iaido/Jodo	600.00		101.90	
4014	EK/WK kosten overige	1.900.00		1.815.15	
4016	Scheidsrechters	800.00		274.70	
4017	Reiskosten EK/WK	13.500.00		6.191.97	
4018	Reiskosten overig	850.00		517.70	
4019	Verblijfskosten EK/WK	15.000.00		15.695.02	
4020	Verblijfskosten overig	1.500.00		0.00	
4021	Inschrijfgelden	1.250.00		3.152.83	
4022	Jeugd Breedtesport	750.00		0.00	
4023	LMA opleidingen	0.00		0.00	
	Inkomsten				
8000	Contributies		12.000.00		12.954.00
8005	Examengelden		1.000.00		1.202.50
8006	Ontvangen subsidies FOG		27.500.00		27.689.57
8007	Diverse ontvangsten		2.500.00		1.280.00
8010	Inschrijfgeld Stages		3.000.00		0.00
8011	Inschrijfgeld Edo Cup		300.00		261.90
8012	Inschrijfgeld Iijima NK Jeugd		180.00		114.95
8013	Ishido Cup		250.00		215.00
8014	Inschrijfgeld NK Kendo		400.00		351.25
8015	Inschrijfgeld NK team en Kyu		250.00		252.50
8016	Inschrijfgeld NK Iaido/Jodo		400.00		490.00
8017	Inschrijfgeld overig		300.00		122.85
8018	Bijdragen EK/WK Kendo		3.200.00		3.640.50
8019	Bijdragen EK Iaido/Jodo		2.250.00		5.137.60
8020	Speciale trainingen		1.000.00		0.00
8900	Diverse baten		35.00		
9000	Ontvangen rente		300.00		373.40
	Verlies/Winst		255.00		12.853.57
	Totaal:	54.830.00	54.830.00	54.121.027	54.121.02

Begroting Nederlandse Kendo Renmei

Grbknr	Omschrijving	Debet	Credit
	Uitgaven		
4000	Bestuurskosten	900,--	
4001	Bankkosten	50,--	
4002	Contributie	1.500,--	
4003	Automatiseringskosten	650,--	
4004	Kantoorkosten	500,--	
4005	PR	500,--	
4006	Vergaderkosten	400,--	
4007	Zanshin	4.000,--	
4008	Wedstrijdkosten	500,--	
4009	Zaalhuur	7.200,--	
4010	Teamtrainingen	750,--	
4011	Seminar	20.000,--	
4012	NK Kendo	500,--	
4013	NK Iaido/Jodo	600,--	
4014	EK/WK Kendo kosten	1.000,--	
4015	EK Iaido/Jodo kosten	1.000,--	
4016	Scheidsrechters	800,--	
4017	Reiskosten EK/WK	8.000,--	
4018	Reiskosten overig	1.000,--	
4019	Verblijfskosten EK/WK	15.000,--	
4020	Verblijfskosten overig	1.000,--	
4021	Inschrijfgelden	3.000,--	
4022	Jeugd/Breedtesport	300,--	
4023	LMA opleidingen	1.000,--	
	Inkomsten		
8000	Contributies		25.000,--
8005	Examengelden		2.500,--
8006	Ontvangen subsidies FOG		20.000,--
8007	Diverse ontvangsten		1.000,--
8010	Inschrijfgeld Stages		17.500,--
8011	Inschrijfgeld Edo Cup		350,--
8012	Iijima Cup NK jeugd		150,--
8013	Ishido Cup		290,--
8014	Inschrijfgeld NK Kendo		400,--
8015	Inschrijfgeld NK Kyu		250,--
8016	Inschrijfgeld NK Iaido/Jodo		450,--
8017	Inschrijfgeld NK team Kendo		350,--
8018	Bijdragen EK/WK Kendo		2.700,--
8019	Bijdragen EK Iaido/Jodo		4.200,--
8020	Speciale trainingen		1.000,--
8900	Diverse baten		
9000	Ontvangen rente		300,--
	Saldo Winst	6.290,--	
	Totaal	76.440,--	76.440,--

Jaarverslag 2003 Technische Commissie Kendo

In dit verslag zal ik niet alle uitslagen van wedstrijden en examens weer vermelden, omdat deze al te lezen waren in de Zanshin en op de NKR-website. Het verslag is dan ook een overzicht van alle belangrijke activiteiten aangaande het Nederlandse kendo en de TC Kendo.

Het jaar 2003 werd geopend met de nieuwjaarstraining in Meppel bij Suirankan.
Jammer genoeg waren er niet zo veel deelnemers. Het zou goed zijn als er meer kendoka's uit alle dojo's naar Meppel kwamen om te trainen met de kendoka's uit het noorden, wat voor hen ook weer een goede stimulans is.

De wedstrijden, zoals Edo Cup, Iijima Cup, NK Kendo. NK Kendo Junioren en Team's
De deelname aan deze wedstrijden is behoorlijk, maar kan nog beter: gemiddeld zijn er tussen de 32 en 46 deelnemers.
Gezien het aantal actieve kendoleden in de dojo's zou de opkomst groter moeten zijn. Dus kendoka's: in het jaar 2004 zijn we er allemaal.

De Furuya-cup, georganiseerd door Renshinjuku te Amstelveen
Deze strak georganiseerde kendowedstrijden voor junioren (tot en met 18 jaar) zonder en met uitrusting is een echt evenement: meer dan 150 deelnemertjes uit binnen- en buitenland strijden om de prijzen, met als hoofdprijs de Furuya Cup.
Een goede reclame voor het Nederlandse kendo in binnen- en buitenland.

De Fumetsu Cup, georganiseerd door Fumetsu te Rotterdam
Deze surprise-teamwedstrijden zijn de opening van het nieuwe seizoen, met altijd weer alternatieve prijzen. De teams worden samengesteld door het lotingsysteem, zodat de minder ervaren kendoka's ook prijzen kunnen winnen.
Maar ook hier zouden er meer kendoka's deel moeten nemen.

Centrale kendotrainingen, ofwel de kendozondagen
Deze kendotrainingen worden wisselvallig bezocht: de ene keer zijn er 50 bezoekers en de andere keer maar 20. Het was jammer dat er op de kendodag met het thema scheidsrechteren – met Louis Vitalis en Jolanda Dekker (speciaal uitgenodigd) – zo weinig belangstelling was. Deze trainingen worden door de NKR georganiseerd, dus kunnen ze door alle leden van de NKR bezocht worden.

Extra kendotrainingen
Ook in 2003 waren er weer speciale trainingen omdat er een kendoleraar uit Japan was overgekomen, of een hele groep Japanse studenten om mee te trainen. Jammer genoeg werden deze trainingen matig bezocht.

Kendo-examens
Het niveau van de deelnemers aan kendo-examens is voldoende te noemen. Dat is dan ook te zien aan het percentage dat slaagt.
De TC Kendo heeft een verzoek aan de mensen die deel willen nemen aan een examen: schrijf vroegtijdig in, want inschrijven op de examendag is niet meer mogelijk.
Verder gaat de TC Kendo kijken of het mogelijk is om examens tot 4^{e} Dan af te gaan nemen.

Landelijke beginnerscursus

De landelijke beginnerscursus was een succes. Dat was goed te zien aan het aantal deelnemers uit de verschillende dojo's. Op de eerste zondag waren er 28 deelnemers; ook de gevorderden waren weer aanwezig. De tweede beginnersdag was op 11 januari 2004 bij de nieuwsjaarstraining in Zwolle.

Eén kanttekening: de PR van de NKR en van de dojoleiders moet beter worden afgestemd aangaande de aanvangs- en einddatum van de beginnerscursus; dit met het oog op de tweede beginnersdag.

Voor de beginners is het een goede stimulans om met zoveel kendoka's te trainen, en voor de mensen die ze voorbereid hebben is het succes van de beginnersdagen een stimulans om ermee door te gaan.

En Hein Odinot: nog bedankt dat je het lesgedeelte voor de beginners weer op je wilde nemen.

WK kendo in Glasgow

Er was weer een compleet Nederlands team op de WK Kendo, onder leiding van de nieuwe coach Akemi van Acht-Kaneda. Over de resultaten hoef ik niets meer te schrijven, want die hebben we kunnen lezen en zien op de website (bedankt Rob van Acht) en in de Zanshin (bedankt Bert Heeren en alle andere medewerkers).

Er was nog een team van zes andere Nederlandse deelnemers aan de WK, niet aan de wedstrijden maar achter de wedstrijdtafels. Het was een hele ervaring om op zo'n groot toernooi te zien en mee te maken hoe de wedstrijden georganiseerd waren, met de pools, wedstrijdformulieren en het verwerken daarvan.

Belangrijke nieuwe feiten

Dojo's die kendowedstrijden gaan organiseren in samenwerking met NKR en TC Kendo, moeten vroegtijdig informatie verstrekken over zaal, adres met routebeschrijving, bezetting wedstrijdtafels c.q scoreborden enzovoort, en zorg dragen voor de prijzen, scoreborden, wedstrijdtas met vlaggen en dergelijke, en vloertape. De TC Kendo is bezig met een wedstrijddraaiboek.

Verder stellen we voor dat de kendoka's vanaf 4e Dan zich beschikbaar stellen als scheidsrechter, misschien met een roulatiesysteem.

Ten derde wil de TC Kendo een voorstel doen aan het bestuur van de NKR, of er gekeken kan worden naar de mogelijkheid om in juni 2005 een meerdaags kendoseminar te organiseren met aansluitend examen's kendo tot 4e Dan. Dit onder leiding van een Japanse sensei (of sensei's).

TC Kendo

Gelukkig is de TC Kendo weer met 3 personen. De leden zijn:

- Marije Wouters: traint bij Museido in Amsterdam, organiseert de kendo-examen's;
- Rogier van Bijnen: traint bij Fumetsu in Rotterdam, organiseert de kendowedstrijden;
- Gerard Barbier: traint bij Fumetsu in Rotterdam, organiseert de kendodagen.

Getekend:

TC Kendo, Gerard Barbier

Jodo en iaido in 2003

Bij de Europese Kampioenschappen, die dit jaar in Parijs werden gehouden, wist Kevin Groos zowel bij jodo (nidan-divisie) als iaido (mudan) goud te behalen. Ook de teamkampioenschappen verliepen goed voor Nederland, want bij beide eindigden we op een derde plaats. Bij iaido bestond het team uit Kevin, Robert Zeegers en Hans Pegtel. Het jodo-team, bestaande uit Kevin, Eduard Faro en Jef Heuvelmans, verloor met slechts 1 vlag (van de 9) verschil van de Britten, die daarna in de finale Frankrijk versloegen.
In de individuele iaido-wedstrijden was er verder nog brons voor Bjørn Aris (sandan) en een fighting-spiritprijs voor Maria Borrias. Kortom: de Nederlandse teams, gecoached door Wim den Haan voor iaido en Edwin de Wit voor jodo, handhaven zich goed in de Europese top.

Ook de NK, gehouden in Rotterdam, mogen we een succes noemen: het aantal deelnemers bij iaido (42) was bijna de helft groter dan het voorafgaande jaar. Bij jodo was het kleiner, met 8 deelnemers. In totaal waren elf dojo's vertegenwoordigd.

Ook de Ishido Cup, in Arnhem, vertoonde een goede opkomst, ondanks het wegblijven van onze Belgische vrienden: 32 iaidoka, 9 jodoka, uit 9 dojo's.

Een woord van dank is op zijn plaats voor de inzet van de organiserende dojo's: respectievelijk Fumetsu en Kendo Kai Higashi.

Trainingen en examens
Als voorbereiding op de Ishido Cup van 2004 hielden we tijdens de laatste centrale training van 2003 een korte scheidsrechtertraining iaido. Op die manier konden we niet alleen heet van de naald doorgeven wat er tijdens de EK was verteld door de Japanse delegatie, maar waren er ook voldoende deelnemers aan deze opfriscursus.

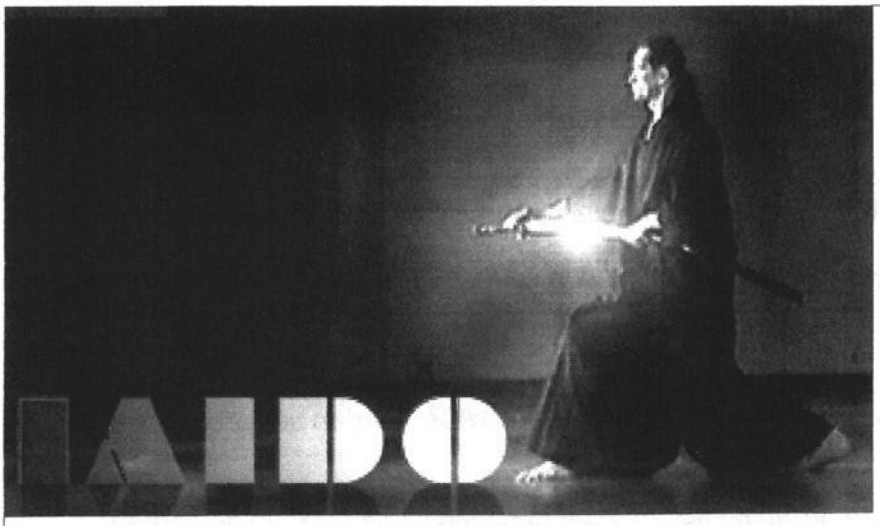
Dat is wel eens anders geweest wanneer er een speciale bijeenkomst was georganiseerd voor scheidsrechters. Hetzelfde geldt voor de dojoleidersdag. De opkomst bij deze dag was in 2003 zeer gering: we zullen moeten bezien of er een formule is die de beoogde doelgroep voldoende aanspreekt.

Op 31 augustus hield de NKR in IJsselstein dan-examens. Bij iaido slaagden 6 van de 6 kandidaten voor shodan, 3 uit 4 voor nidan, en 0 uit 1 voor sandan.
Bij jodo waren er 2 shodan-kandidaten, die beiden slaagden.

Kyu-examens waren er gewoontegetrouw bij de NK: alle 14 iaido-kandidaten slaagden, evenals de enige jodo-deelnemer.

In 2003 werden er zes gewone centrale trainingen gehouden. Oorspronkelijk waren dat er zeven, maar één werd ingekort terwille van de ingelaste ledenvergadering. De opkomst was vergelijkbaar met het voorgaande jaar: gemiddeld 11 jodoka en 29 iaidoka.

Beginners
De laatste centrale training was voor iaido met 50 deelnemers de grootste sinds mensenheugenis. Dat kwam doordat het tevens een beginnersdag was, in het kader van de cursussen die her en der in het land draaiden met behulp van het materiaal dat Annemarie ten Broeke en Joris van Nispen hebben ontwikkeld. De vele cursisten die naar de Calandhal waren gekomen, deden ook massaal mee aan de embu waarmee de ochtend en de middag werden afgesloten.



Sinds najaar 2003 lijkt de belangstelling voor onze krijgskunsten sowieso aan te zwellen. Voor een deel zal dat te danken zijn aan de internationale filmindustrie: Kill Bill, The Last Samurai en andere films stimuleren steeds meer mensen om op internet te gaan zoeken naar lessen in zwaardvechtkunst.

Dit is zowel een gevaar als een kans: hoe organiseer je adequate begeleiding voor de beginners zonder dat de gevorderden er bekaaid van af komen? En hoe zorg je dat de club hecht en gefocust blijft?

Koryu

Tegelijk zien we ook een inhoudelijke verbreding van het iaido in Nederland. Van oudsher wordt binnen de NKR de Muso Shinden Ryu beoefend als iaido-koryu. Het afgelopen jaar is dit monopolie officieel doorbroken, nu er in enkele dojo's andere oude stijlen worden getraind: Muso Jikiden Eishin Ryu en Shinkage Ryu.

Daarmee wordt het neder-iai een stuk volwassener: het gaat steeds meer op Japan lijken. Tegelijk ook blijkt weer het belang van Seitei-iaido als gezamenlijk 'speelveld' voor mensen van meerdere oude stijlen.

Voor de scheidsrechters is de diversiteit een nieuwe uitdaging. Ze zullen bij de gevorderde divisies worden geconfronteerd met koryu-kata van verschillende stijlen. Het wordt dus nog belangrijker om inzicht te hebben in datgene waar het allemaal om draait: de essentie van goed iaido.

Getekend:
Aad van de Wijngaard
TC Iaido & Jodo

Opleiding Leraar Martial Arts

In tegenstelling tot eerdere berichtgeving in deze Zanshin, zal de opleiding Leraar Martial Arts niet in april dit jaar, maar in september van dit jaar beginnen.

Hoewel de Federatie Oosterse Gevechtskumsten (de FOG) alle aangesloten bonden heeft benaderd, heeft niet elke bond haar leden op een adequate manier kunnen bereiken.

De FOG zal de komende tijd in diverse vechtkunst- en vechtsporttijdschriften gaan adverteren. Ook zullen de diverse bondsgerichte bladen, zoals Zanshin dat is voor de NKR, worden benaderd om een dergelijke advertentie (lees: oproep) te plaatsen.

NIEUW! Tot op heden kon je je voor deze opleiding alleen maar opgeven bij de NKR. In de oproep die de FOG gaat doen in bovengenoemde tijdschriften en bondsbladen, geef je je op bij de FOG. De FOG zal dan bij het bestuur van de NKR nagaan of je lid bent en wat je dangraad is.

Nog even in het kort de opleiding:
" de opleiding Leraar Mrtial Arts beoogt kandidaten voor te bereiden op het verantwoord en zelfstandig lesgeven in 1 of meerdere Oosterse Gevechtskunsten zoals verenigd in de FOG" .

De toelatingseisen:
* leeftijd van 18 jaar;
* sandan in de discipline waarvoor men de opleiding wil gaan doen (iaido/jodo of kendo, of enige andere combinatie of afzonderlijke discipline) NB heb je sandan voor zowel iaido en jodo dan kun je voor beide discplines tegelijkertijd de opleiding gaan doen, slaag je dan ben je Leraar Martial Arts iaido EN jodo. Natuurlijk kun je er ook voor kiezen slechts voor iaido OF voor jodo of kendo de opleiding te gaan volgen.
* MBO werk- en denkniveau
* ervaring met begeleiden van sporters tijdens lessen en examens
* ervaring met verzorgen van trainingen en het assisteren bij activiteiten van de NKR

De kosten van de opleiding zijn € 850.00 (cursusgeld: € 750.00 en inschrijfgeld: € 100.00).
De opleiding vindt plaats in Utrecht op 6 voorafgesproken zaterdagen (100% deelnameverplichting) en 6 onderling afgesproken zaterdagen (80% deelnameverplichting).en begint in **september 2004 en niet in april 2004!**

Omvang van de opleiding (studiebelasting)
* 72 contacturen en 15 stage uren
* zelfstandige studie uren
* uitwerken van opdrachten en
* maken van werkstukken.

Kortom: het vergt veel tijd en inzet! Toch zal deze opleiding een waardevolle aanvulling zijn van je iaido/jodo/kendo carriere.

Geinteresseerd? mail voor meer info naar Pegtel@worldonline.nl.

namens het bestuur van de NKR
Hans Pegtel
cursuscoordinator

Ishido cup

Zondag, 18 januari 2004 de Ishido cup. Ik zat te tellen, Eindhoven, Utrecht, Drachten, Arnhem en nu Rotterdam, Fumetsu, het zal de 5e keer zijn geweest. Het is leuk om te zien dat er steeds meer mensen komen en dat het deelnemersveld zich ook uitbreid naar de hogere dangraden.
Na de opening van de Tokio-Den Haag tentoonstelling op zaterdagmiddag was het weer vroeg aan de bak op zondag. Ik had in al mijn ongeconcentreerdheid die zaterdagmiddag mijn portefeuille bij de organisator laten liggen. Hij had dat eerder door dan ik en bood aan hem s'morgens naar de trein te brengen. Weer een portefeuille leven verspeeld.
Het was weer eens een stralende dag, Seekee was op tijd zo ook mijn paperassen dus hup naar Rotterdam. Meteen grote spoorwerkzaamheden maar deze keer was de enige doorgaande trein er op tijd en we kwamen er makkelijk vanaf. Dus toch maar dank aan de NS. Ons ochtend gebabbel werd , al neergezeten , door Aad begroet. Geheel niet waargenomen, de geest was nog niet erg ontvankelijk. Aad was zijn paperassen aan het doornemen tav de juiste procedures en recent omschreven gewenste gedragingen van scheidsrechters en deelnemers. Dat is altijd een korte orakel periode. Aad bestudeert zijn papieren en stelt soms een vraag, kunnen we al dan niet beantwoorden, anders doet hij het gelukkig zelf. Deze keer kwam nog aan de orde dat we als deelnemers, mocht in een wedstrijd onze mede-jodoka een fout maken in de choreografie, toch de gewenste bewegingen moesten uitvoeren.
Als geboren Rotterdammer bracht Aad ons flux naar de juiste tram en na een paar haltes en een ochtendwandelingetje, heel fraai, waren we een uur voor tijd aanwezig. Hans, als gastheer, begroette ons bij de deur en wees de weg. Meteen een nijvere bijenkorf. Als bezoeker gaf het de indruk van een goed geolied proces, overal deed er iemand iets en ineens was het klaar. Ik moest nog even nagaan waar de EHBO kist was, want het Rode Kruis was niet beschikbaar gebleken en aangezien ik in mijn vorige carrière verpleegkundige was, had ik ingestemd die taak op me te nemen. Wellicht wat pro forma, maar wel heel degelijk van de organisatie.

Op de valreep bleek dat het tijdschema van de geplande wedstrijd formule nog moest worden uitgerekend, geen probleem met zoveel LMA mensen. We konden door al voorbereidingen op tijd beginnen en het was ook meteen duidelijk hoeveel tijd er was voor de programma onderdelen. Jodo paste precies en iaido had een kleine uitloop. Keurig.
Na de kihon, een half uurtje, nog wat stoelen geschuif en de wedstrijden konden aanvangen.
Er was gekozen voor pools en dan een afvalsysteem. Dat is een sympathiek systeem omdat het ervoor zorgt dat iedereen wat meer wedstrijden kan doen. Je staat uiteindelijk de hele dag op de vloer, dus in een keer klaar zijn is niet leuk. Er was een verdeling in mudan, shodan-nidan en sandan-yondan-gondan. Met name de mudan groep was er een met allure. De groep deed grotendeels voor de eerste keer mee. Hun partners waren ook minder ervaren, de regel is dat er maar 1 graad verschil mag zijn en er werd met ware doodsverachting gepresteerd. Seekee had de klaarheid van hart om meteen in praktijk te brengen wat nog in de trein was opgeborreld, haar partner maakte een vorm fout en ze had de tegenwoordigheid van geest om haar kata af te maken zoals deze is voorgeschreven. Petje af. Maria won in deze divisie met glans.
Bij de shodan-nidan groep won Kevin. Nou ja, wie kan het opnemen tegen de regerend Europees kampioen!
In de sandan-yondan-godan groep werd het voor mij spannend. Hans P had mij gevraagd zijn partner te zijn, hij was ook de mijne. Dat kan lastig uitvallen als de groep klein is, tevoren was ik daar bang voor maar we hebben allemaal keurig naar niveau gepresteerd dus er kwamen geen rolverwarringen bij het vorderen van de wedstrijden. We hadden eerder ook wel eens samen geoefend maar dat was eigenlijk bijna geschiedenis. Dan ontstaat er iets raars, In plaats van met de mij bekende kata bezig te zijn en met hem, ga ik dan denken aan fouten en kata onderdelen vergeten. Ooit was ik de partner van Aad en heb een nieuwvorming gepleegd, dat borrelt dan meteen weer op. Niet productief. Ik was over mij eigen partijen niet zo tevreden, ik heb bij een goed aanvallende tachi moeite bij Tachi otoshi om op tijd de jo in de juiste positie te hebben en mijn rechterhand op de juiste, lees uiteinde, van de jo te hebben. Nou kreeg ik daar geen commentaar op, wel op de hiki otoshi, te rommelig. Steeds weer. Rene en Richard hebben het al zo vaak gezegd. In de les gaat het nu goed maar als het tempo omhoog gaat, Hans is een geduchte tachi, dan ga ik frommelen.
In de partijen van Hans had ik het gevoel dat mijn verplichting veel hoger lag en moest ik me erg concentreren. Een paar keer dacht ik dat ik een fout maakte maar genereerde -on the spot-, de juiste actie.
Hij had zilver, nou ja ik denk dan maar dat ik zijn zaken iig niet nadelig heb beïnvloed. Wel heb ik nog iets geleerd over mijn kai. Die is ferm, niet omdat ik schreeuw, maar omdat ik kennelijk na een paar stemband onstekeningen bij aikido, heb geleerd mijn strottehoofd open te zetten. Leuk en aardig maar als mijn kiai doorloopt nadat hij mij heeft geslagen of gestoten dan geef ik een verkeerd beeld van de interactie. Timing en pacing blijft het. Andre won, hij had het niet verwacht doordat hij een hikiotoshi miste, maar bij Hans was er ook een slippertje.
Ik heb met veel genoegen deelgenomen aan deze jodo wedstrijden. De sfeer was uitnodigend, de organisatie was op de achtergrond dus kennelijk vloeiend, mede door de regie van Robert en Dennis op de wedstrijd velden. Dat deden ze leuk, alles op orde zonder lawaai. In de pauze gaven Koos van Hattum en Gerard Barbier een demonstratie Kendo kata, vloeiend samenspel en wel weer benijdenswaardig, 2 boken(oei, let wel, met 1 N!!!) met elkaar. Er viel dus ook nog wat te zien en te leren, wat wil een mens nog meer. Jammer van die blauwe luchten.

Annemarie ten Broeke

Iaido van A tot Z

Deze keer in Zanshin een introductie van alweer een nieuwe iaido dojo in Nederland, die zelfs op twee plaatsen actief is: Amersfoort en Zaandam. Het is de eerste NKR dojo die de Muso Jikiden Eishin Ryu vertegenwoordigd. De trainingen worden verzorgd door Yvonne Jordan (godan).

Yvonne, wanneer ben je begonnen met iaido in de Muso Jikiden Eishin Ryu stijl?
In december 1995 maakte ik kennis met Morita Tadahiko, de kendo en iaido-sensei van de Rokushikan dojo in Kyoto. Dat was tijdens de Osaka iaido-taikai waar ik door Ishido-sensei aan hem werd voorgesteld, net nadat ik in de eerste ronde al mijn partijen verloren had. Niet het meest gelukkige moment om iemand over te halen een nieuwe leerling aan te nemen, die bovendien uit Nederland kwam... Dat was formeel het moment waarop ik van ryu veranderd ben (onder het toeziend oog van Ishido-sensei).

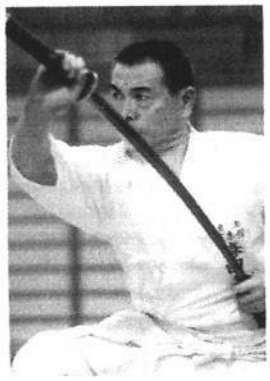


Foto:
Morita-sensei in actie
Bron: Kawamura (Kendo Nippon, Nov 2003)

Hoe was het om te trainen in de Rokushikan dojo in Kyoto?
De twee jaren die volgden op de ontmoeting heb ik getraind in een van de mooiste en grootste iaido- en kendo dojo die ik ooit gezien heb. In Rokushikan wordt getraind onder de strikte leiding van Morita (kancho)-sensei. Het meest bijzondere van deze dojo is dat kancho-sensei regelmatig andere ZNKR sensei uitnodigt of op bezoek krijgt voor gezamenlijke trainingen. Oshita-sensei (en wijlen Haruna-sensei) van de dezelfde ryu maar ook Ishido-sensei, Ide-sensei en andere grote namen uit de Japanse iaido-wereld van verschillende ryu komen langs om er te trainen. Het is een bijzonder inspirerende dojo, die echt een familiegevoel uitstraald, niet in de laatste plaats omdat kancho-sensei's vrouw ook meetraint, net zoals in het verleden zijn dochters. Kancho-sensei's broer woont boven de dojo en ook diens kinderen trainen er. Toen ik in 1997 Japan verliet, werd me op het hart gedrukt dat dit mijn thuis-dojo is. En inderdaad ben ik in de afgelopen jaren al weer een paar keer 'thuis' gekomen. De laatste keer was in maart 2003 ter voorbereiding van mijn godan examen.

Sinds wanneer geef je les?
Toen ik mijn examen gehaald had, stond kancho-sensei me eindelijk toe in Nederland les te gaan geven. Volgens kancho-sensei moest ik daarvoor eerst het godan niveau bereiken, vooral ook omdat ik als eerste in NKR 'zijn' Muso Jikiden Eishin Ryu zou vertegenwoordigen.

De eerste gelegenheid die zich voordeed om les te geven was in Zaandam, waar Frank van de Nieuwendijk, eigenaar van de Sportschool S. Van den Nieuwendijk, de traditie van de iaidoles, die zijn vader jaren geleden had gestart, weer voort wilde zetten. Inmiddels is de iaido groep van de Sportschool uitgegroeid tot een enthousiaste club van ongeveer 10 iaidoka, die wekelijks trainen en waarvan een aantal ook regelmatig meedoen met de centrale trainingen in Amsterdam. Het is een

bijzondere school om les te geven, en mij spreekt vooral het familie-gevoel van deze dojo aan, die zo dicht bij de filosofie van Rokushikan ligt.

Zelf trainde ik al elke week in Amersfoort en in september 2003 besloot ik in het kader van de landelijke NKR iaido beginnerscursus een cursus in Amersfoort aan te bieden. Van de 6 beginners zijn er 5 gebleven en inmiddels is hun aantal verder gegroeid tot een groep van 9 iaidoka. Nu de meesten de seitei kata kennen zijn er meer mogelijkheden om ook samen te trainen. Dat is voor iedereen een leuke en motiverende ervaring. Zo hebben we op 14 februari de Reimei Keiko gedaan met 450 seitei kata. Dit in navolging van de Rokushikan dojo in Kyoto.

Het jaarlijkse Pinksterkamp van de Sportschool S. van den Nieuwendijk is ook een gelegenheid om samen iaido te trainen (bij mooi weer zelfs in de buitenlucht).

En uitwisselingen met Jikiden dojo uit Engeland behoren nu ook tot de mogelijkheden. In Engeland heb ik iaido-vrienden doordat ik ooit een jaar in Londen heb gewoond en natuurlijk door mijn vertalingen bij de Jikiden Summer Seminars in de afgelopen jaren. Vrienden maken door de studie van het zwaard (en jezelf), dat is wat ik van kancho-sensei heb geleerd en dat is voor mij de grootste kracht van iaido.

Heeft je dojo al een naam?
Officieel hebben de beide Muso Jikiden Eishin Ryu iaido dojo nog geen naam. Maar ik weet zeker dat kancho-sensei al iets heeft bedacht. Hij zal het me vertellen wanneer hij vindt dat het juiste moment is gekomen. Geduld is bij uitstek eén van de dingen die ik heb geleerd in Japan. Ondertussen trainen we hard en bereiden we ons voor op de examens en het BKA zomer seminar in Engeland (Brighton) dat onder leiding zal staan van Oshita-sensei en kancho- sensei.

Amersfoort:
dinsdagavond 20:00-22:00 - Gymzaal Dr. D.Q.R. Mulock Houwerschool, Van Marnixlaan 53

Zaandam:
donderdagavond 20:00-22:00 - Sportschool S. v.d. Nieuwendijk, Weiteveen 29

Meer informatie: www.jikiden.com
Email: info@jikiden.com

bijzondere school om les te geven, en mij spreekt vooral het familie-gevoel van deze dojo aan, die zo dicht bij de filosofie van Rokushikan ligt.

Zelf trainde ik al elke week in Amersfoort en in september 2003 besloot ik in het kader van de landelijke NKR iaido beginnerscursus een cursus in Amersfoort aan te bieden. Van de 6 beginners zijn er 5 gebleven en inmiddels is hun aantal verder gegroeid tot een groep van 9 iaidoka. Nu de meesten de seitei kata kennen zijn er meer mogelijkheden om ook samen te trainen. Dat is voor iedereen een leuke en motiverende ervaring. Zo hebben we op 14 februari de Reimei Keiko gedaan met 450 seitei kata. Dit in navolging van de Rokushikan dojo in Kyoto.

Het jaarlijkse Pinksterkamp van de Sportschool S. van den Nieuwendijk is ook een gelegenheid om samen iaido te trainen (bij mooi weer zelfs in de buitenlucht).

En uitwisselingen met Jikiden dojo uit Engeland behoren nu ook tot de mogelijkheden. In Engeland heb ik iaido-vrienden doordat ik ooit een jaar in Londen heb gewoond en natuurlijk door mijn vertalingen bij de Jikiden Summer Seminars in de afgelopen jaren. Vrienden maken door de studie van het zwaard (en jezelf), dat is wat ik van kancho-sensei heb geleerd en dat is voor mij de grootste kracht van iaido.

Heeft je dojo al een naam?
Officieel hebben de beide Muso Jikiden Eishin Ryu iaido dojo nog geen naam. Maar ik weet zeker dat kancho-sensei al iets heeft bedacht. Hij zal het me vertellen wanneer hij vindt dat het juiste moment is gekomen. Geduld is bij uitstek eén van de dingen die ik heb geleerd in Japan. Ondertussen trainen we hard en bereiden we ons voor op de examens en het BKA zomer seminar in Engeland (Brighton) dat onder leiding zal staan van Oshita-sensei en kancho- sensei.

Amersfoort:
dinsdagavond 20:00-22:00 - Gymzaal Dr. D.Q.R. Mulock Houwerschool, Van Marnixlaan 53

Zaandam:
donderdagavond 20:00-22:00 - Sportschool S. v.d. Nieuwendijk, Weiteveen 29

Meer informatie: www.jikiden.com
Email: info@jikiden.com

Bewegen en blessures

Ernstige blessures zijn een ramp voor elke sporter. Vaak krijgt een sporter een blessure, terwijl hij net het gevoel heeft goed in zijn sport te zitten of nog erger dat hij of zij er fijn fanatiek er tegenaan gaat. Wanneer zo'n blessure plaatsvindt dan zie je soms zo'n sporter nooit meer op de club terug. Het ergste wat me twee keer is overkomen, gebeurde toen ik de warming-up bij kendo deed. Een achillespees scheurde af en een kuitspier balde zich samen in de knieholte. Aan de schreeuw en het vertrokken gelaat kon je zien hoe pijn het deed. De dojoleider bracht de geblesseerde naar het ziekenhuis. De geblesseerde heb ik later nog wel thuis bezocht, maar nooit meer in de dojo teruggezien. Andere blessures die ik vaak gezien heb zijn natuurlijk de blaren en peesschede-ontstekingen.

Wat je hieraan kunt doen is het volgende: zorg er als sporter eerst voor, dat je bij het bewegen blijft luisteren naar je eigen lichaam. Heb je pijn of voelt een spier erg stijf aan, verminder dan de intensiteit van jouw training. Zorg er voor dat je lichaam goed op gewarmd is en ga dan pas stretchen! Stretchen tijdens een warming-up is zinloos. Zo is het aanbevelingswaardig voor de taiso de sporters zo'n tien minuten in een dojo te laten warmlopen. Een andere aanbeveling is: blijf soepel bij de kendotraining. Het gespannen en verkrampt trainen heeft geen zin en het verbetert je kendo niet. Ook is het last but not least rampzalig voor je pezen.

De te-no-uchi is een balans van het los en vaste greep houden van de shinai. Kendo is geen houthakken en de shinai is geen bijl.

Wanneer een leraar wat uitlegt kun je onderwijl je kuitspieren uitrekken.

Tenslotte heb ik nog een goede tip tegen blaren. Verzorg je voeten elke dag goed. Was ze bijvoorbeeld met koud water en gebruik dan geen zeep voordat je naar bed gaat. Smeer je voeten voor de training in met kamferspiritus/glycerine en poeder ze met voetpoeder in. Ik weet uit ervaring dat de kans dan op blaren erg klein is.

Willem Boot

Technische kendotermen:

ken-chu-tai (n.)
Ken refers to offense, and ***tai*** refers to defense. This terme says that since offense exists within defense and vice versa, it is important not to think of offense and defense separateley, but to realize that offense leads to defense and to be on the defensive while attacking.

te-no-uchi (n.)
Ability; skill; competence. The way of gripping the ***shinai***. The overall use of the hands, e.g., tightening/loosening the grip or adjusting the balance between the two hands, when striking or responding.

De in Budo kringen welbekende heer Willem bekink heeft een boek geschreven over de klassieke schermkunsten (Kenjutsu) van Japan.

Het boek is getiteld:

"Erfenis van de Goden"

Bestellen kan rechtstreeks bij Elmar of
Dhr Bekink, telefoon: 070—3246581
e-mail: badobeki@wanadoo.nl

De schrijver is bereid om op verzoek persoonlijk te signeren!

Afscheid...???!!!

Kendo-Carolina legt de wapens neer,

Na negen jaar intensief gekendoot te hebben leg ik nu de shinai te rusten.
Toen Kendo op mijn pad kwam vond ik daarin een mogelijkheid het zeer verzwakte lijf(ik woog amper 60 kilo,nu 80!) weer tot bewegen te krijgen. En dat was niet gering.als er gewandeld werd moest ik na 10 minuten gaan zitten van uitputting. Dat was het resultaat van 15 jaar in India gewoont en gewerkt te hebben. Een land waar lichaamsbeweging een zaak voor de armen is. De rijkere laten zich voortbewegen.
Door Kendo te starten in Zaandam op een leeftijd van al 38 jaar ,onder de begeleiding van Ralph Oquendo, kreeg ik de gelegenheid contact te maken met deze fantastische sport. Of is het wel sport. Voor mij was het geen sport maar een gevecht aan gaan met mezelf. Het gaf mij ook een gelegenheid met Japan in aanraking te komen. Een wens die al sinds mijn 12 jaar aanwezig was.
Na een jaar werd ik lid van de dojo van Bert Heeren, Renshinjuku, waar ik enthusiast ontvangen werd. Meteen mee naar een house-warming party van Wim Boot. Het voelde alsof ik al jaren lid was van deze club.
Hier was het andere koek. Kurogi-sensei en Bert-sensei pakte me stevig bij m'n lurven en vooruit, gaan met die babaan, niet zeuren. Het was elke keer afzien. Pijn,pijn en nog eens pijn;in m'n lijf, in m'n geest en in plekken waarvan ik het bestaan niet eens wist. Maar na de training altijd gezellig even een glaasje met elkaar drinken. Bij komen en praten. De fonk was nu helemaal overgeslagen. Ik dacht;"Nu kan ik eindelijk toch nog sportvrouw worden en een sterk lichaam en een sterke geest krijgen." Want dat is wat Kendo zo bijzonder maakt. Het is geen potje tennissen. Al de rituelen, het respect voor elkaar, je eigen proces. Een buddo-sport. Een totaal geintegreerd samen gaan van lichaam en geest. Het gevecht aangaan tegen je angsten en arrogantie, het wakker maken van je alertheid en je energie, je adem en je stem.
Al gauw trainde ik drie keer per week, soms al 4 keer. En begon ook mee te doen met de wedstrijden. Nou dat vond ik wat minder. Bont en blauw kwam ik uit de wedstrijden."Dit is 10 keer niets" dacht ik. Maar goed het hoort erbij, dus niet zeuren. Seminars meedoen in Frankrijk, in m,n eentje met de trein, in de zomer, bij Jean Pier Reick. Afzien, afzien, heet,heet en blaren, veel blaren op m'n voeten,en op m'n ziel. Maar ook veel lol. Een leuke uitwisseling met allemaal nieuwe mensen.
Na m'n eerste dan, kwam er een grote wens om naar Japan te gaan. Inmiddels werd de training in Renshinjuku ook nog eens opgeluisterd door Inoue-sensei. Elke training was het weer afzien met hem. Ik werd al gauw de huilenbalk genoemd. De druk en de intensiteit van Inoue-sensei 's lesgeven bracht m'n Kendo op een hoger plan. Elke keer zocht ik hem weer op tijdens de training en elke keer was het dood gaan. Maar m'n lichaam en geest werden steeds sterker. Kreeg meer zelfvertrouwen, wat ook weer invloed had op mijn werk. Ik groeide ook in m;n werk;meer studenten, meer seminars.(Zie www.zen-zang.nl).
Door Louis Vitalis kwam ik terecht in het Nederlands team. Geheel onverwacht, nodigde hij me uit. Er was een plek vrij gekomen. Ja, er zijn nou eenmaal niet zoveel dames die deze buddo-sport zo serieus nemen. Dus stond een verder intensivering voor de deur. Frankrijk met Tanaka-sensei, bracht me in contact met een hele andere manier van lesgeven. Ik ervaarde Tanaka-sensei als een vader, er was zoveel zachtheid en geduld en heel veel humor. Ja, zo wilde ik wel verder gaan. Zo durfde ik de angstdraken wel te lijf te gaan. Het was daarom een grote domper dat we naar de wereld kampioenschappen in America gingen met een nieuwe sensei, die veel afstandelijker was. Maar Sander Nieuwenhuizen en Boris Janssen waren m'n maten, die voor de gevoelige huilenbalk altijd klaarstonden.
Tijdens dit tournooi werd het voor mij duidelijk dat het eigenlijk best ging, dat ik zelfs lol in de wedstrijden kreeg. De perfectionist die ik ben, was nooit tevreden. Een wedstrijd tegen een 5e danner, gaf me de eerste fantastische slow-motion Kendo ervaring. En kon ik zien dat Kendo absoluut geen sport is waar winnen of verliezen belangrijk is. Maar dat door middel van Kendo je kan leren dat alles energie is. Er is geen spier in je armen die iets hoeft te doen met kracht, alles zit in je benen en in je Hara, ofwel lager, je "Tanden".
Inmiddels trainde ik in de zomers 2 maanden in Japan. Bij Inoue-sensei en vele anderen. Het waren hete, hete zomers van veel zweten, blaren en bier drinken.
Ook ging mijn aandacht naar Zen-Buddhisme. Een stroming die binnen mijn werk heel goed past.
Het beoefenen van Za-zen gaf veel nieuwe inspiratie in het beoefenen van m'n Kendo. Het moeten verdween, het afzien was niet meer nodig, gewoon leuk ontspannen Kendo doen en plezier maken .En bezig zijn met de training van je energie. Dat is hetzelfde gedurende Za-zen meditatie. Kendo is voor mij stilte in beweging en Za-zen is beweging in stilte en in beide lost het op in energie en vol-ledig zijn.
Doordat mijn werk sinds september in een stroomversnelling is gekomen en er meer tijd nodig is voor al de nieuwe impulsen, is het dus niet meer mogelijk met Kendo verder te gaan.
Met grote dankbaarheid kijk ik terug naar een trainingsperiode die een mens van mij gemaakt heeft. Die al de prachtige materialen die ik uit India heb mogen ontvangen heeft geintegreerd in een werk wat mijn missie is geworden. Me doorzettings vermogen, kracht en inspiratie heeft gegeven om deze missie van Zen-Buddhisme ,Zang en Adem aan zoveel mogelijk mensen door te geven.
Mijn dank gaat speciaal uit naar Bert Heeren-sensei die altijd klaar stond om me over de drempel heen te helpen als ik weer es vol weerstanden zat, die me het hart van Kendo heeft laten zien, me geinspireerd heeft naar Japan te gaan. Mijn dank gaat naar Kurogi-sensei en Inoe-sensei die me al de hoeken van de dojo hebben laten zien. En waar ik in Japan zeer gastvrij ontvangen ben.
Mijn dank gaat uit naar m'n team maten Sander Nieuwenhuizen(door zijn Kendo inzichten en aandacht, heb ik de 3e dan kunnen halen) , Boris Janssen,Mark Herbold en Joke de Jong waar ik in Frankrijk,V.S, Italie en Frankrijk veel steun en lol van gehad heb.
De inspirerende toespraken van Hein Odinot en de gesprekken met hem blijven een levende herinnering.
Mijn dank gaat uit naar alle andere leraren en Kendo-spelers met wie ik in deze negen jaar, de shinai heb mogen kruisen.

Ik wens iedereen nog veel Kendo plezier en dat deze buddosport in Nederland mag uitgroeien tot een volwassen buddosport.

Met vriendelijke groeten,
Carolina Ko-ran de Ruiter

Het verfrissende gevoel van niet slagen

Zoals de meeste mensen weten zijn in het weekend van 8 Februari een aantal Nederlandse Kendoka naar het ADEPS complex in Bussel gegaan om het 6e dan examen te proberen. Aldaar bleek dat er nog eens 33 buitenlanders waren met hetzelfde idee. Om meteen met de statistieken te beginnen; wij hebben er helaas geen 6e danners bij, maar.....
Heel veel pluimpjes op de 'mennen' van René en Gerard voor mooie examen partijen. Gerard heeft twee zeer strakke partijen laten zien. De Koos-inlichtingen dienst heeft achterhaald dat dit één van de vijf benodigde rondjes heeft opgeleverd. Voor mijn gevoel verdiende Gerard er meer en is dit een onderwaardering (maar wie ben ik in deze, lees verder...). René liet de bekende superspirit zien gekoppeld aan zeer strak Kendo. Koos heeft achterhaald dat dit maar liefst vier (!!) rondjes heeft opgeleverd. Van de 36 kandidaten mochten er uiteindelijk 3 (jawel) Kata doen. Nu weten we niet van iedereen hoe de score was, maar ik betwijfel of er veel kandidaten waren die tot 4 overtuigde juryleden zijn gekomen en dus zo dichtbij zijn gekomen. Ik ben in ieder geval zeer onder de indruk van de prestaties van René en Gerard omdat zij beide in staat bleken hun eigen Kendo+ te laten zien onder examencondities. Klasse en in de leer dus bij deze mannen! Ik zelf heb een zeer duidelijk en éénduidig resultaat kunnen neerzetten met geen enkel rondje en alleen maar kruisjes. Nog dank aan Koos voor het achterhalen van deze informatie! En wat doe je dan? Je kunt je afvragen of je misschien beter geen examen had kunnen doen, maar daar ben ik het achteraf, was eigenlijk ook al zo voor het examen, helemaal niet mee eens. Ondanks mijn 'verlies' kom ik heel gelukkig terug uit Brussel en was de maandag erop zelfs in een opperbest humeur! Ik zal proberen uit te leggen waarom en zal daarbij ingaan op de drie dingen waar ik in ieder geval iets over meeneem uit Brussel; examenstress, mijn Kendo en de jury.

Examenstress. Dat was erg vervelend en had een enorme invloed op mijn slechte prestatie aangezien ik niet in staat was om 'mijn eigen' Kendo te laten zien. Gerard en René bleken hier, ondanks dat ook zij stress hadden, veel beter mee om te kunnen gaan. Wat je eraan kan doen weet ik niet. Ik weet wel dat mijn stress uit een stukje ego voortkwam; een stuk faalangst en angst om een stukje reputatieverlies wegens het niet halen van een examen. Het feit dat ik nu ook inderdaad niet ben geslaagd doet mijn ego geen goed, maar helpt wel enorm om die faalangst te doen verdwijnen en dit te vervangen door een oprechte 'wens' om te slagen. In plaats van 'ik hoop maar dat' wordt het een 'ik wil heel graag'. Dat laatste is een stuk optimistischer en vrolijker dan het zwaarmoedige hopen. Door het te accepteren dat ik ben gezakt wordt het voor mij een stuk makkelijker om ermee om te gaan. Willen slagen is echter niet genoeg, je moet ook invulling geven aan de training naar het volgende examen en dat zit in het volgende punt.

Mijn Kendo. Tja, wat zal ik zeggen. Ik ben er heilig van overtuigd dat jullie ooit eens zullen lezen dat ik 6e dan ben geworden, het zit er gewoon zeker in en mijn Kendo heeft (bijna) wat nodig is om het te worden. Bijna, maar nog net niet. Het is hard, maar ik moet gewoon toegeven dat ik die laatste 15% niet heb van wat nodig is voor 6e dan. Ik sta bijna altijd klaar om te gaan, maar niet altijd. Ik kan vaak van maximale afstand gaan, maar niet altijd. Ik heb vaak een antwoord om een aanval, maar best wel vaak toch niet. Ik heb het geluk gehad op te komen tegen één van de drie geslaagde kandidaten en heb zijn tweede partij kunnen bekijken. Ook een stukje van de partij van een andere geslaagde heb ik kunnen bekijken. Als ik dit vergelijk met wat ik heb kunnen nakijken op de Video die Izumi van ons allen had gemaakt is het verschil heel duidelijk. Het zit er zeker in, maar de accenten liggen nog niet geheel goed. Mijn werk voor het komende jaar is duidelijk en ik ben erg blij met mijn opnieuw gevuld gevoel van 'streven naar'. Dit inzicht en de acceptatie van mijn tekorten geeft, voor mij, zo enorm veel ruimte dat het verfrissend is.

De jury. Gevoelig om er iets over te zeggen, maar ik doe het toch. Wat was deze streng!! Klasse van de mensen die zijn geslaagd. Als je bij deze jury slaagt weet je dat je de dan-graad dubbel en dwars waard bent. Prettig aangezien je minimaal 6 jaar moet wachten tot je voor 7e dan mag gaan. Eerlijk gezegd had ik wat gemengde gevoelens bij het idee dat niet iedere examencommissie de lat zo hoog legt. De verleiding is groot om het de volgende keer te proberen onder meer coulante omstandigheden. Voor de aanwezigen refereer ik naar de eerste partij van Nakama Sensei (nu 7e dan). Ik was zeer onder de indruk en sta ooit graag met net zoveel 'druk' daar. Volgens mij moet je dan al beginnen door echt goed te slagen voor de 6e dan. Ik zal er volgend jaar weer bij zijn en doneer dan wederom graag het inschrijfgeld voor het goede doel. Ik zie u allen graag in de dojo aan de uitdagende kant van mijn shinai!

Mark Herbold

NIPPON EXPRESS TOURS (NEDERLAND) B.V.

NIPPON EXPRESS TOURS (NEDERLAND) B.V. offers you a comprehensive travel service that covers the all you travel needs.

BUSINESS TRAVEL

- Special and reduced air fares for those who travel frequently in Europe or worldwide. For our regular business accounts, special discounts apply.

INDIVIDUAL AND PRIVATE TRAVEL

- Attractive Air Fares to your Holiday destination.
- Car Rental with all leading Car Rental companies in the world
- Train Tickets
- My Town In Europe.
  City Packages to all major interesting cities in Europe

SPECIAL DISCOUNT FOR KENDO MEMBERS!

GROUP & SPECIAL INTEREST

For many years we organise group & special interest travel from 2 till over 100 persons! Each Tour will be tailor made and will fore fill all your requests and wishes.

THE JAPAN SPECIALIST IN THE BENELUX

Individual or with a group , budget or 5-star, train tickets or plane, our staff in The Netherlands and Japan make your Japan Trip unforgettable!

HOME PAGE

For all information and special offers please check our home page; www.nipponexpresstours.nl

WWW.NIPPONEXPRESSTOURS.NL
OR CALL 020-640.4020

Nippon Express Tours (Nederland) B.V.
Biesbosch 225 1181 JC Amstelveen
Tel:020-640.4020 Fax:020-640.3955
e-mail: info@nipponexpresstours.nl