

2022.1

残心

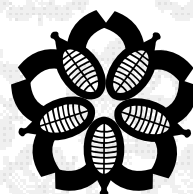
ZANSHIN

KENDO | IAIDO | JODO

Nederlandse Kendo Renmei | Oeverlandenweg 32 – 7951 KL Staphorst

periodiek; 41e jaargang n°1

issn 1385-4321



Nederlandse
Kendo
Renmei

オランダ剣道連盟

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

Penningmeester:
Elise Heijboer
Moliëreweg 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 2021 is vastgesteld op € 70 voor senioren en € 35 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.

Betalen:
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

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:
2022/1: 13 februari 2022
2022/2: 1 juni 2022

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

Coach Nederlands Jodo team:
Rene van Amersfoort
kiryokudojo@gmail.com

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

Vertrouwens Contact Persoon:
Marije Wouters
e-mail: marijew@xs4all.nl
Tel.: 06-19628999

Van de redactie

Op het moment dat ik dit schrijf zijn er nog slechts een paar dagen te gaan, voordat (vrijwel alle) maatregelen i.v.m. de pandemie, worden afgeschaft. Zouden we echt het ergste gehad hebben? Ik hoop het!
Een en ander betekent dat we langzamerhand weer meer NKR-activiteiten kunnen opstarten.
De uitnodiging voor de Iijima-cup zag ik reeds op Facebook voorbij komen.

Dit nummer staat voornamelijk in het teken van de aankomende Algemene Leden Vergadering.
Dit maal weer "in levende lijve", daar waar de vorige ALV "on-line" was.

Verder een aantal leuke schrijfsels van leden van het Nederlandse jodo team. Getuigenis van het feit dat we weer "los gehen".

Zie ik u op het komende vastelaovend?

Jack Tacke
redactie Zanshin

In dit nummer

Van de Voorzitter	3
Uitnodiging ALV 2022	5
Verslag Bestuur	6
Verslag Penningmeester	8
Verslag TC Kendo	10
Verslag Commissie Opleidingen	10
Verslag redactie Zanshin	10
Verslag TC Iaido-Jodo	11
Verslag Web-Commissie	12
1e Jodo Team Training	13
Agenda	17

Van de Voorzitter



In deze Zanshin, die voor-
namelijk in het teken staat
van de komende ALV, zal
ik u op de hoogte brengen
van een aantal zaken die
aandacht verdienen op
nationaal en internationaal
gebied.

ISHIDO-CUP 2022

Waarvoor al gevreesd werd,
werd bewaarheid. Op het
laatste moment was het
onontkoombaar om de
Ishido-cup af te blazen,
omdat begin januari de
berichten dusdanig slecht
waren dat het onver-
antwoord was met de

voorbereidingen door te gaan. Alle deelnemers uit binnen- en
buitenland hebben de bedragen die zij reeds hadden betaald
teruggestort gekregen. Spijtig voor de deelnemers maar zeker ook
voor Jolanda en Liam Myers die de organisatie op zich hadden
genomen. Zij hebben reeds aangekondigd dat zij vol goede moed
de organisatie van de editie van 2023 zullen oppakken.

3 CT-EIS

Door de nieuwe lockdown en het wegvallen van de CT training
kendo van begin januari zal de 3 CT-eis, die weer ingevoerd zou
worden bij het examen in mei, dan nog niet worden gehanteerd.
Als er geen gekke dingen gebeuren zullen we de eis waarschijn-
lijk weer invoeren bij het zomerseminar kendo dat van 12 t/m 14
augustus zal worden georganiseerd. De details zullen nog worden
bekendgemaakt, waarbij we rekening houden met enige speel-
ruimte, omdat we snappen dat het niet altijd mogelijk is op elke
CT te verschijnen.

De 3 CT-eis geldt in dezelfde mate voor jodo en iaido.

OPLEIDING LERAAR MARTIAL ARTS

In januari is Piotr Kukla geslaagd voor zijn diploma LMA niveau 3
voor zowel iaido als jodo. Piotr, van harte gefeliciteerd! Edwin de
Wit was daarbij aanwezig als PVB-beoordelaar. Dit keer moest
Edwin dit karwei in zijn eentje doen omdat Anne-Marie ten
Broeke, onze andere PVB-beoordelaar, onverwacht was uitgeval-
len. Zij bleek last te hebben van een aantal vernauwingen in haar
kransslagader en moest een bypassoperatie ondergaan.
Inmiddels is de operatie achter de rug en is zij weer thuis.
We wensen haar veel sterkte met het herstel.
De FOG heeft examen van Piotr gebruikt voor de her-audit door
de Academie voor Sportkader.

De FOG heeft hiermee voor een nieuwe periode het recht om rijks
erkende examens te organiseren en diploma's uit te reiken.
Eind vorig jaar kregen we van de FOG het verzoek om een derde
PVB-beoordelaar te leveren. In overleg met Anne-Marie en Edwin
hebben we David Smits benaderd om deze rol te vervullen.
Na een korte bedenktijd heeft hij ingestemd. Dus David:
'Welcome on board!' Als voorbereiding op zijn toekomstige taak
heeft hij het examen van Piotr en de her-audit als toehoer-
der/-kijker meegemaakt.
Inmiddels is een nieuwe opleiding gestart, waaraan ook opnieuw
een lid van de NKR deelneemt.

Als iemand geïnteresseerd is in deze opleiding, dat staat informa-
tie hierover op de website van de FOG.

JAPANS SHOGO- EXAMEN (RENSHI)

Ik heb bericht ontvangen van de AJKF dat het weer mogelijk is in
te schrijven voor het Japanse Renshi examen. Het examen is een
schriftelijk examen waarvoor men niet naar Japan hoeft. In grote
lijnen bestaat dit examen uit het schrijven van een kort essay en
het aanleveren van een CV waaruit moet blijken dat men deze
graad waardig is. Daarnaast dien ik een aanbeveling te schrijven
over de kandidaat. Aan het examen zijn kosten verbonden.
Als iemand interesse heeft dient hij/zij zich zo spoedig mogelijk
bij mij te melden, zodat ik de informatie en formulieren in Japan
kan opvragen.
Als de kandidaat geslaagd is, kan hij/zij zich laten registreren bij
de EKF. De kosten hiervoor zijn € 100,-.

NIEUW TC-LID KENDO

In de vorige Zanshin heb ik aangegeven dat we op zoek waren
naar een nieuw TC-lid kendo. De laatste tijd werd deze taak
praktisch alleen uitgevoerd door Soesanto en dat bleek een te
grote klus en te kwetsbaar om dat in de handen van één persoon
te leggen. Ik heb Sjoerd Kater (KK Den Haag) benaderd en ook
hij stemde, na enig bedenktijd en na contact gehad te hebben
met Soesanto, in met deze functie. Daarom ook voor Sjoerd:
'Welcome on board!'

Dat ik Sjoerd heb benaderd is een logisch gevolg van de rol die
hij nu reeds vervult. Door zijn rol die hij bij KK Den Haag voor
kendo speelt heeft hij bewezen verantwoordelijkheid te willen en
kunnen nemen. Als er examens zijn is hij altijd bereid te helpen.
En is hij één van de twee coördinatoren, samen met Patrick
Bakker, die zich bezighoudt met kinderendo in Nederland.
De bedoeling van zijn benoeming is dan ook het kinderendo
beter te verankeren in de organisatie van de NKR.

DIGITALE ONDERSTEUNING

Ook krijgt Soesanto wat meer ondersteuning uit andere hoek.
Harry Splinter (Sui Ran Kan, Meppel) zal Soesanto bijstaan bij zijn
ICT-werkzaamheden die hij voor de NKR doet. Harry is op afstand
een collega van Soesanto en ook thuis in digitale materie.
Ten derde male: "Welcome on board!"
Johan van de Broek blijft uiteraard zijn diensten aanbieden voor
het onderhouden van de website en de dingen die daarmee te
maken hebben, waarvoor we hem nog steeds dankbaar zijn.

EIC 2022 ?

De EKF is nog steeds op zoek naar een land dat de Europese
Iaido Kampioenschappen wil organiseren. Op dit moment heeft
zich nog geen kandidaat gemeld.

19E WK KENDO 2024

De Internationale Kendo Federatie is ook nog steeds op zoek
naar een organisator van de eerstvolgende WK van 2024. De IKF
houdt de mogelijkheid open om de WK door te schuiven naar
2025. Dit zou weer gevolgen hebben voor de aangekondigde EK
van 2025, waar Nederland zich voor heeft aangemeld.

TWEESPALT IN RUSLAND

Na Georgië is er in Rusland nu ook een bestuurlijke crisis
ontstaan. De huidige bestuurders en met name de voorzitter,
worden niet langer door een groot deel van de bestuurders

in de verschillende regio's gesteund. Hen wordt ondemocratisch gedrag verweten en het willen hebben en houden van de macht en zich te weinig in te zetten voor de ontwikkeling van kendo, iaido en jodo voor iedereen in de Russische Republiek. De bestuurders van de regio's die het niet eens zijn met het beleid van het huidige bestuur hebben in een brief aan de EKF de problemen aangekaart en vragen om bemiddeling. Ik verwacht dat we tijdens de komende ALV van de EKF in Frankfurt hier meer over zullen horen.

SEKSUELE INTIMIDATIE EN MACHTSMISBRUIK

Dit onderwerp is terecht al enige jaren in het nieuws en heeft weer een 'boost' gekregen door gebeurtenissen in de media. Het College voor de Rechten van de Mens heeft een brief geschreven aan de ministers van vijf ministeries en de staatssecretaris voor Media. In deze brief vragen zij de departementen gecoördineerd dit onderwerp bespreekbaar maken, aan preventie werken, ervoor zorgen dat slachtoffers goed worden opvangen en dat meldingen zorgvuldig worden onderzocht. Verder vraagt het College dat er wetgeving komt die de aanstelling van een vertrouwenspersoon in een bedrijf verplicht maakt en dat het wetsvoorstel seksuele misdrijven "voortvarend" behandeld wordt. Niet alleen in de amusementsindustrie is dit aan de orde.

Al langere tijd worden er meldingen gemaakt van wantoestanden bij onderwijs instellingen en in de sport.

Ondanks dat ik hoop en geloof dat het binnen de NKR en haar aangesloten leden niet zo'n vaart loopt, mogen wij onze ogen hiervoor niet sluiten. Daarom heeft de NKR een vertrouwens contact persoon (VCP) aangesteld om, als je vertrouwelijke informatie wilt delen, of signalen hebt over ongewenst gedrag of zelf

negatieve ervaringen hebt, zij je de weg kan wijzen naar hulp en ondersteunende instanties. De vertrouwenscontactpersoon van de NKR is Marije Wouters. (marijew@xs4all.nl)

Een andere mogelijkheid is contact op te nemen met het Centrum voor Veilige Sport van NOC*NSF.

Mail naar centrumveiligesport@nocnsf.nl of bel 0900 - 202 55 90 (maandag t/m vrijdag 08.30-17.30 uur).

De verantwoordelijkheid van melden wil ik met nadruk niet alleen bij de slachtoffers leggen.

'Loketten en protocollen' alleen zijn niet voldoende. De cultuur bij de NKR moet van dien aard zijn dat iedereen meewerkt aan een gezonde sportcultuur en dat we allemaal alert zijn dat er geen dingen gebeuren die niet door de beugel kunnen. Als je iets signaleert of twijfelt over wat je hebt gezien, bespreek dit met anderen. Uiteraard in eerste instantie met bestuurders of dojoleiding, een vertrouwenspersoon bij de club, de VCP-er van de NKR of met iemand anders die je vertrouwt. Blijf er niet mee rondlopen.

Tot slot spreek ik de hoop uit dat vanaf heden alle activiteiten, zonder onderbrekingen weer doorgang kunnen vinden en hoop ik zoveel mogelijk leden bij de komende ALV 'life' te treffen.

Koos van Hattum
Voorzitter

UITNODIGING ALGEMENE LEDENVERGADERING

Datum: 13 maart 2022

Aanvang: 14.00 uur

Locatie: Sporthallen Zuid te Amsterdam.

Beste leden,

Namens het bestuur van de Nederlandse Kendo Renmei nodig ik hierbij alle leden uit om na de Centrale Trainingen Iaido/Jodo en Kendo op 13 maart 2022 de Algemene Leden Vergadering bij te wonen.

Alle trainingen zijn van 10.00 uur – 13.00 uur.

Voor kendo start de training met kata en daarna wordt er kihon gedaan gevolgd door ji-geiko.

De agenda ziet er als volgt uit:

1. Opening door de voorzitter.
2. Vaststelling agenda
3. Ingekomen stukken en berichten van verhindering
4. Bestuursmededelingen
5. Goedkeuring notulen ALV, die online werd gehouden op 6 juni 2021, welke gepubliceerd zijn in Zanshin 2021-3.
6. Jaarverslag secretariaat 2021
7. Financieel overzicht 2021 en begroting 2022
8. Verslag kascommissie bestaande uit Marten de Graaf, Louis Heek en reserve Roel Croes
9. Verkiezing nieuwe kascommissie Marten is aftredend
10. Verslag Technische Commissie Iaido/Jodo
11. Verslag Technische Commissie Kendo
12. Verslag LMA
13. Verslag redactie Zanshin
14. Verslag website
15. Verkiezing bestuursleden: Secretaris Joke de Jong is aftredend en stelt zich herkiesbaar.
16. Planning wedstrijden nieuwe seizoen 2022-2023
 - Willen de dojo's tijdens de vergadering aangeven of ze de organisatie met behulp van de technische Commissie op zich willen nemen.
 - NK Kendo in eind november 2022 Mokuseikan – Amersfoort;
 - Edo cup met de Odinot cup 50 +
 - NK Kyu Teams Kendo
 - NK Iaido/Jodo
 - NK Iaido/Jodo teams
17. W.v.t.t.k.
18. Rondvraag
19. Sluiting.

Het bestuur hoopt op een grote opkomst. Mocht je verhinderd zijn, dan ontvang ik graag een bericht.

Graag tot ziens.

Joke de Jong (secretaaris)

Jaarverslag 2021 van het bestuur.

Vorig jaar bij de presentatie van het jaarverslag 2020 konden we ons niet voorstellen, dat we op dit moment januari 2022 nog steeds in de ban zouden zijn van Covid-19 en de nieuwe Omicron variant, ondanks alle vaccinaties en boosterprikken.

Helaas stond dus ook het jaar 2021 in het teken van Covid-19. Maar gelukkig waren er een paar positieve ontwikkelingen gedurende het afgelopen jaar.

Een aantal activiteiten kon doorgang vinden en de hoogtepunten waren het seminar Jodo/Iaido en een week later het seminar Kendo, die in Amsterdam gehouden werden met ook aansluitend examens. Voor Kendo werd ook nog in november een examen georganiseerd. Het NK Kendo in Amersfoort was het laatste evenement, dat georganiseerd kon worden voordat we weer in een nieuwe lockdown terecht kwamen.

SAMENSTELLING BESTUUR IN 2020

Voorzitter:

Koos van Hattum

Secretaris:

Joke de Jong

Penningmeester:

Elise Heijboer

Bestuurslid technische zaken en vicevoorzitter:

Aad van de Wijngaart

Algemeen bestuurslid:

André Schiebroek

SAMENSTELLING TECHNISCHE COMMISSIES:

Kendo:

Soesanto Bosari en Arne Reimers

Iaido / Jodo:

Aad van de Wijngaart en André Schiebroek

Beide commissies worden bijgestaan tijdens wedstrijden en seminars door een vaste groep medewerkers.

WEBSITE: VORMGEVING EN ONDERHOUD:

Johan van den Broek en Soesanto Bosari.

ZANSHIN:

In het jaar 2021 hebben we weer als vanouds 4 Zanshin kunnen uitbrengen. Tijdens de laatste Algemene Ledenvergadering werd besloten, dat Zanshin niet meer per post verstuurd wordt, doch uitsluitend via mail de weg naar de leden zal vinden. Dit betekent, dat het belangrijk is, dat de ledenadministratie beschikt over de juiste mailadressen. Heb je het afgelopen jaar geen Zanshin ontvangen via mail, dan ontbreekt het juiste mailadres bij de ledenadministratie. Een mailtje naar het secretariaat is voldoende.

WEBSITE:

Soesanto Bosari en Johan van den Broek hebben weer goed werk geleverd voor de website, waarvoor onze hartelijke dank. Wel heeft het bestuur besloten om hulp te zoeken voor beide heren. Harry Splinter van Suirankan is bereid gevonden mee te denken over de website.

BESTUUR:

Vanwege Covid-19 en de lockdown hebben we het afgelopen jaar weinig landelijke activiteiten kunnen organiseren. De Algemene Ledenvergadering van 2021 werd dan ook online gehouden. De vergadering zou in februari 2021 gehouden worden doch werd

uitgesteld. Het bestuur had nog een beetje hoop, dat het later in het jaar misschien wel mogelijk was om bij elkaar te komen.

Dit ging niet door en uiteindelijk is de ALV verlaat gehouden op 6 juni 2021. Deze eerste digitale vergadering is dankzij de hulp van David Smits in samenwerking met Elise Heijboer, goed verlopen. Het bestuur heeft dit jaar alleen via Teams kunnen vergaderen en is niet fysiek (met uitzondering van het seminar) bij elkaar geweest.

De bestuursvergaderingen zijn gehouden op:

18 januari 2021,

22 februari 2021,

29 maart 2021,

17 mei 2021,

28 juni 2021,

16 augustus 2021,

15 oktober 2021 en

10 december 2021.

Dit jaar waren er dus meer bestuursvergaderingen dan eerdere jaren. In Zanshin werd door de voorzitter volop verslag gedaan van de stand van zaken.

FEDERATIE OOSTERSE GEVECHTSKUNSTEN:

De contributie voor de FOG is € 5,- per lid geworden. De online ALV was op 22 mei 2021. Eigenlijk was dit een penningmeester-overleg met aansluitend een ledenberaad. Het PM overleg werd bezocht door Elise Heijboer en onze voorzitter Koos van Hattum was bij het ledenberaad.

De voorzitter, Henk Verschuur, heeft ons op de hoogte gehouden van de ontwikkelingen betreffende Covid-19. De richtlijnen van NOC*NSF en RIVM werden goed doorgespeeld.

LMA OPLEIDING:

In het jaar 2021 waren er geen nieuwe aanmeldingen voor de LMA cursus. Wel heeft Louis Heek zijn opleiding met positief resultaat afgerond in 2021 en zal Piotr Kukla komend januari 2022 zijn opleiding afronden.

EUROPESE KENDO FEDERATIE

Helaas heeft de pandemie er ook voor gezorgd, dat de Internationale Kendo Federatie heeft moeten besluiten het WK Kendo, dat in Parijs zou plaatsvinden, af te gelasten. In de loop van het jaar kwamen daar de afgelasting bij van het EK Jodo en het EK Iaido nog bij. Eind mei is de ALV gehouden in een online setting. Voor de NKR namen Koos van Hattum en Aad van de Wijngaart deel. Het was een lange zit, waarbij een bestuurswissel plaatsvond en Pekka Nurminen en Zsolt Vadadi aftraden en vervangen werden door Kathryn Cassidy (secretaris) en Spyridon Drosoulakis (vicevoorzitter)

LEDENADMINISTRATIE:

Het totaal aantal nieuwe inschrijvingen is gelukkig weer gestegen. Zoals is te zien, zijn we nog lang niet terug op het niveau van voor de pandemie. Bij zijn aanstelling als nieuwe voorzitter, had Koos een doel voor ogen van 1000 NKR leden. Dit is helaas nog heel ver weg.

Wij hopen, dat wij een inhaalslag kunnen maken, zodra we weer volop kunnen sporten.

F.I.K.

Het Kitamoto seminar in de zomermaanden ging ook niet door. Hiervoor hadden zich 2 leden opgegeven t.w. Sjoerd Kater en Martin van Dijk.

Hieronder het overzicht van de ledenadministratie:

Ledenaantal op 31-12-2021

	Vrouwen		Mannen		Totaal	
	2020	2021	2020	2021	2020	2021
Tot 18 jaar Jr.	3	7	14	20	17	27
18 jaar en ouder Sr.	88	89	463	454	551	543
Totaal	91	96	477	474	568	570

Aantal inschrijvingen over de afgelopen jaren:

2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
52	64	68	70	75	66	66	24	45

Aantal opzeggingen: 2016: 61 / 2017: 69 / 2018: 60 / 2019: 62 / 2020: 54 / 2021: 46

Ledenaantallen van de laatste jaren:

2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
635	635	623	624	644	626	615	608	612	624	606	604	568	570

Ledenaantallen verdeeld naar discipline:

	kendo	laido	jodo	kendo/iaido	kendo/jodo	ken-/iai-jodo	iaido/jodo	Tot.
2017	345	145	26	41	2	20	51	624
2018	354	134	28	38	2	16	49	606
2019	344	128	30	42	1	19	40	604
2020	319	126	27	40	1	19	36	568
2021	326	121	27	41	1	17	37	570

Namens het bestuur:
Joke de Jong (secr)
Mail: joke.dejong.t@gmail.com

Verslag van de penningmeester

WAANZINNIGE WINST IN 2021

In 2020 waren we net van start toen we moesten sluiten. Dat hele jaar hebben we amper onze gebruikelijke evenementen kunnen organiseren. EK's werden afgelast. We hebben toen de volledige contributie geïnd en dit eigenlijk bijna nergens aan uit kunnen geven. Dit leidde tot een gruwelijke winst van €17.479. Om de leden hier van mee te laten profiteren hebben we in 2021 een korting op de contributie in mindering gebracht en we hebben 75% geïnd. Veel van jullie vonden dit niet nodig en hebben alsnog het hele bedrag betaald. Helaas mochten we niet zo snel terug naar het "oude normaal" als gehoopt en kwam het er pas in de 2e helft van het jaar van om weer de gebruikelijke trainingen en examens te organiseren.

Maar we hebben wel een fantastische nazomer gehad. Behalve dat het begin september lekker weer was, waren wij ook de eerste in Europa die examens t/m 5e dan hebben gehouden. Voor zowel kendo, iaido als jodo. Hier zat heel Europa op te wachten en vreselijk veel mensen zijn examen komen doen in Amsterdam. Zonder Japanse delegaties en met docenten uit de buurt staan de kosten niet in verhouding tot een "normaal" zomerseminar. We hebben onze leden geen deelnamegeld gerekend. Maar examens hebben een vaste prijs en in totaal hebben we hier €12.790 aan verdiend.

De EK's voor de drie disciplines en de zaalhuur voor centrale trainingen en teamtrainingen zijn normaal gesproken waar de contributie geheel aan op gaat. Er zijn weer geen EK's gehouden in 2021.

We hebben opnieuw een waanzinnige winst van €27.574. Toch ben ik niet optimistisch voor de toekomst. We hebben weinig leden, te weinig leden. De leden die we hebben gunnen ons, zichzelf, de NKR als ledenvereniging, gelukkig vet op de botten. Daardoor kunnen we het aan de komende tijd verlies te lijden. Maar op termijn van 5 tot 10 jaar, kunnen we niet zo doorgaan.

Voor 2022 heb ik geen voorstellen. Ik hoop van harte dat alles waar we zo van houden gewoon weer kan, dat we onbeperkt samen kunnen trainen en juichen voor onze teams op de Europese Kampioenschappen. Aan het einde van het jaar zie ik dan wat het gekost heeft, wat de inflatie betekend heeft voor onze uitgaven en hoeveel vet er op de botten is overgebleven. Ik heb wel redelijk zuinig proberen te begroten. Tot op de CT en de ALV!

Met vriendelijke groet,
Elise Heijboer

BALANS

Omschrijving

Debet

Credit

Kapitaal per 1 januari 2021

€ 67.874,71

Kas

€ 695,25

ING betaalrekening

€ 3.360,91

ING Spaarrekening

€ 43.000,00

Regiobank Spaarrekening

€ 46.529,51

Nog te ontvangen contributie

€ 186,25

Nog te ontvangen betalingen

€ 2.197,80

Nog te betalen facturen

€ 520,73

<< winst >>

€ 27.574,28

TOTAAL

€ 95.969,72

€ 95.969,72

RESULTAAT Omschrijving	Begroting 2021		Resultaat 2021		Begroting 2022	
	Debet	Credit	Debet	Credit	Debet	Credit
Bestuurskosten	€ 3.000,00		€ 3.000,00		€ 3.000,00	
Bankkosten	€ 500,00		€ 568,50		€ 800,00	
Contributies FOG / EKF / FIK	€ 4.600,00		€ 4.406,00		€ 4.425,00	
Automatiseringskosten	€ 320,00		€ 319,10		€ 340,00	
Kantoorkosten	€ 75,00		€ 63,87		€ 75,00	
PR / Website	€ 250,00		€ 309,44		€ 300,00	
Vergaderkosten	€ 180,00		€ 20,00		€ 200,00	
Zanshin	€ 250,00		€ 271,90		€ -	
Wedstrijdkosten	€ 325,00		€ 22,44		€ 325,00	
Zaalhuur	€ 4.250,00		€ 4.450,94		€ 8.000,00	
Kendo zomerseminar	€ 5.000,00		€ 408,50		€ 10.000,00	
Jodo en iaido zomerseminar	€ 5.000,00		€ 457,00		€ 10.000,00	
Iijima Cup	€ -		€ -		€ 4.500,00	
Ishido Cup	€ -		€ -		€ -	
NK kendo / iaido / jodo	€ 300,00		€ 284,05		€ 300,00	
EK/WK kendo alle kosten	€ -		€ -	€ 1.091,72	€ 12.500,00	
EK jodo alle kosten	€ -		€ -		€ 12.500,00	
EK iaido alle kosten	€ 11.500,00		€ -		€ 12.500,00	
Deelname kosten EKF	€ -		€ -		€ -	
Voorgesloten examengelden	€ -	€ -	€ -	€ -	€ -	€ -
Scheidsrechters	€ 550,00		€ -		€ 500,00	
Reiskosten overig	€ 1.250,00		€ 1.306,56		€ 2.250,00	
Verblijfkosten overig	€ 225,00				€ 200,00	
Onkosten diversen	€ 250,00		€ 344,10		€ 250,00	
Kinderkendo	€ 500,00		€ 178,52		€ 1.000,00	
Kasverschillen	€ -	€ -	€ -	€ -	€ -	€ -
Ontvangen contributie		€ 27.000,00		€ 29.718,55		€ 38.000,00
Ontvangen examengelden		€ -		€ 12.790,00		€ 3.500,00
Diverse ontvangsten		€ -		€ 5,53		€ -
Inschrijfgeld kendo zomerseminar		€ 5.000,00		€ 60,00		€ 12.000,00
Inschrijfgeld jodo en iaido zomsem		€ 5.000,00		€ 1.327,50		€ 12.000,00
Inschrijfgeld Iijima Cup		€ -		€ -		€ 3.500,00
Inschrijfgeld Ishido Cup		€ -		€ -		€ -
Bijdragen EK/WK kendo		€ -		€ -		€ 4.150,00
Bijdragen EK jodo		€ -		€ -		€ 4.150,00
Bijdragen EK iaido		€ 3.600,00		€ -		€ 4.150,00
Bijdragen overige EKF deelnames		€ -		€ -		€ -
Verkoop Kendoboek		€ -		€ 201,50		€ -
Afgeschreven contributie	€ -		€ 1.209,88		€ -	
Rente bate deposito		€ -		€ 0,28		€ -
WINST/VERLIES		€ 2.775,00		€ 27.574,28		€ 2.515,00
TOTAAL	€ 41.100,00	€ 40.600,00	€ 45.195,08	€ 45.195,08	€ 83.965,00	€ 83.965,00

Verslag TC Kendo

In 2021 kon er een klein beetje aan kendo worden gedaan. Er is een mini-zomerseminar gehouden met 120 deelnemers, gevolgd door een examen met 64 kandidaten. Daarnaast zijn er 2 CT's (32, 43 deelnemers) gehouden, nog een examenmoment, en 2 toernooien; de Fumetsu cup (92 deelnemers) en NK individueel (57 deelnemers).

Examens:

12 september 2021

Graad	Kandidaten	Geslaagden	Slagingspercentage
Kyu	20	20	100%
1-dan	7	7	100%
2-dan	10	8	80%
3-dan	9	7	78%
4-dan	10	7	70%
5-dan	8	3	38%
Totaal	64	52	81%

21 november 2021

Graad	Kandidaten	Geslaagden	Slagingspercentage
Kyu	10	10	100%
1-dan	5	5	100%
2-dan	14	12	86%
3-dan	9	4	44%
4-dan	3	2	67%
5-dan	2	2	100%
Totaal	43	35	81%

Nederlandse kampioenschappen kendo 2021

Nederlands Kampioen Individueel Algemeen	
1	Jouke van der Woude (Shunshinkai)
2	Makoto van der Woude (Shunshinkai)
3	Gideon Hamburger (Shunshinkai)
3	Pakwan Ratchatasavee (Fumetsu)
FS	Jonathan de Croon (Washinkan)

Nederlands Kampioen Individueel Dames	
1	Pakwan Ratchatasavee (Fumetsu)
2	Suraya Tjon-Kon-Fat (Kendo Kai Den Haag)
3	Olga Morozova (Shunshinkai)
3	Risako Hirano (Fumetsu)
FS	Sophie Pierce Melly (Museido)

Nederlands Kampioen Individueel U18	
1	Bo-d Coffa (Mokuseikan)
2	Ryan Ruiter (Mokuseikan)
3	Ica Bakker (Mokuseikan)
3	Gijs van der Meulen (Washinkan)
FS	Gijs van der Meulen (Washinkan)

Nederlands Kampioen Individueel U14	
1	Keita Sayama (Renshinjuku)
2	Menne van Leeuwen (Mokuseikan)
3	Evi van der Gulik (Mokuseikan)
3	Rodin de Jager (Mokuseikan)
FS	Karsten Heidekamp (Mokuseikan)

Soesanto Bosari

Verslag Commissie Opleidingen (L.M.A)

In 2021 waren er vanwege het COVID-19 virus ook weer de nodige beperkingen en zijn de activiteiten soms wat anders verlopen dan normaal maar dat heeft gelukkig niet veel impact gehad en is het traject volgens schema verlopen.

Er waren dit jaar geen nieuwe cursisten die zich vanuit de NKR hadden opgegeven voor de opleiding Leraar Martial Arts niveau 3. Wel hebben Louis Heek en Piotr Kukla, die hun opleiding in voorgaande jaren zijn gestart, aangegeven deze in 2021 te willen afronden. Op 27 november hebben we op Papendal Louis zijn PvB 3.1 Geven van trainingen – praktijkbeoordeling beoordeeld. Samen met zijn eerder ingeleverde portfolio is alles als voldoende beoordeeld en is Louis Heek geslaagd voor LMA 3.

Zoals in het verslag van 2020 is aangegeven werd de LMA opleiding van de FOG geauditeerd. Na de audit bleek dat er hier en daar wat zaken binnen de opleiding verbetering behoeven.

De FOG heeft er hard aan gewerkt om alles te verbeteren en nu kan de LMA opleiding opnieuw geauditeerd worden. Onderdeel van deze audit is de wijze waarop de beoordeling van PvB 3.1 Geven van trainingen – praktijkbeoordeling door de beoordelaars wordt uitgevoerd. Zonder kandidaat geen beoordeling en geen audit. Daarom heeft de FOG de NKR beoordelaars (Anne-Marie en Edwin) en de kandidaat (Piotr Kukla) verzocht om deze beoordeling op een andere dag dan de geplande datum van 27 november te doen. We hebben daarmee ingestemd en de beoordeling staat nu gepland op 22 januari 2022. Ten tijde van het schrijven van dit verslag zitten we nog in een (sport) lockdown en is het nog niet zeker of de beoordeling en audit ook daadwerkelijk kan doorgaan.

Anne-Marie ten Broeke

Edwin de Wit

Verslag Redactie Zanshin

Afgelopen jaar verscheen de Zanshin 4 maal.

Aangezien er veel minder NKR activiteiten plaats vonden, i.v.m. de Covid-perikelen, waren de geplaatste artikelen minder een verslag van een activiteit als wel wat meer verhalende stukjes.

Afgelopen jaar verscheen de Zanshin voor het eerst alleen nog digitaal.

Dat is wellicht slecht nieuws voor de “papierliefhebbers” onder ons, maar redactioneel gezien biedt een digitale uitgave toch wel een aantal voordelen.

Zo is de omvang (aantal pagina's) van een digitale versie van geen belang, terwijl dat met een papieren versie altijd “passen en meten” is.

Ook de verschijningsdatum en dead-line van aan te leveren artikelen of berichten is van minder belang.

Ten slotte is het nasturen van errata (correcties op eerder verschenen tekst) geen enkel probleem.

Dat dat afgelopen jaar soms wel 3 maal op een avond gebeurde is hier een sprekend voorbeeld van....

Kortom, van dat het niet meer op papier verschijnen zou leiden tot een stille dood van de Zanshin is gelukkig geen sprake!

Onwards, to infinity and beyond!

Jack Tacke

Verslag TC Iaido-Jodo

Ook in het afgelopen jaar had de coronapandemie een enorme invloed op de beoefening van onze budo. De overheid kwam met een even lange als wisselende reeks van beperkingen. Daarnaast besloten veel dojo's om in navolging van Japan tijdens de training mondkapjes te dragen en/of kiai te vermijden.

Bij het begin van het jaar waren alle binnensportaccommodaties gesloten. Buiten trainen mocht, maar alleen in tweetallen, op anderhalve meter afstand van elkaar. Voor jongeren kwamen er wat verlichtingen, maar de eerste verandering voor alle leeftijds-groepen kwam pas op 16 maart, toen georganiseerd trainen voor iedereen weer werd toegestaan. Maar dan wel op sportterreinen, in groepen van maximaal vier personen, en nog steeds op 1,5 meter.

Op 19 mei gingen de gymzalen weer open. Maar 18-plussers mochten er alleen trainen in tweetallen, met maximaal 30 personen per ruimte. Anderhalve meter afstand bleef verplicht, evenals reserveren en een gezondheidscheck. Instructie geven mocht, maar alleen per tweetal. Kleedkamers bleven gesloten. Wedstrijden waren verboden.

Pas vanaf 26 juni was alles weer redelijk normaal: alle leeftijden mochten binnen vrijuit trainen. Ook wedstrijden en andere activiteiten boven clubniveau mochten weer. Maar toen was het activiteitenseizoen '20/21 van de NKR al afgelopen ...

Het was dan ook een enorme bevrijding toen we op 4 en 5 september weer van start gingen, zelfs met een internationaal seminar voor jodo en iaido. Op 3 oktober was de eerste reguliere centrale training.

Maar na een verdere verruiming per 25 september begonnen op 14 oktober de beperkingen alweer: de kleedkamers moesten dicht. Wedstrijden mochten niet meer. Boven 18 jaar mochten bij individuele sporten maximaal 30 personen in dezelfde ruimte trainen. Vervolgens werd per 6 november de QR-code verplicht in de binnensport: alle sporters van 18 jaar en ouder (behalve instructeurs) moesten beschikken over een QR-bewijs dat aangaf dat de houder gevaccineerd, eerder besmet, of recent negatief getest was op corona.

Per 28 november kwam weer een verdere beperking: binnen- en buitensportaccommodaties moesten dicht na 17.00 uur. De NKR kon dus de centrale training van 28 november wel houden, maar het programma moest worden ingekort tot 2,5 uur elk voor jodo en iaido.

Als trieste finale van het jaar werd op 18 december bekendgemaakt dat alle binnensportaccommodaties met onmiddellijke ingang werden gesloten. Dus de december-CT, die voor de volgende dag op de agenda stond, moest in allerijl worden afgeblazen.

Uiteraard waren de ontwikkelingen in het buitenland niet veel anders. Naast vele seminars werden ook de EK's jodo en iaido opnieuw afgelast. Bij iaido gebeurde dat pas enkele weken tevoren. De EKF had echter geen keus, aangezien steeds meer landen en scheidsrechters zich hadden afgemeld.

SEPTEMBER-SEMINAR

Gezien het voorgaande kunnen we vaststellen dat het seminar van september het absolute hoogtepunt van het jaar was. Het enthousiasme was groot: eindelijk konden we elkaar weer in levenden lijve terugzien en samen trainen.

Oorspronkelijk dachten we alleen aan een seminar voor NKR-leden. Gezien de coronacomPLICATIES hadden we ook alleen Nederlandse en Belgische docenten. Maar dit was waarschijnlijk het

eerste grote jodo/iaido-seminar in West-Europa sinds het begin van de pandemie. Daarnaast was het de eerste kans in anderhalf jaar om examens te doen tot en met vijfde dan.

Het evenement trok dan ook een fors aantal deelnemers – 57 jodoka en 92 iaidoka – uit allerlei landen: naast Nederland ook België, Bulgarije, Canada, Duitsland, Frankrijk, Griekenland, Hongarije, Luxemburg, Slowakije, Spanje en Zweden. Er was zelfs een Deen.

Het docentenkorps bestond voor jodo uit René van Amersfoort, André Schiebroek, Edwin de Wit, Jef Heuvelmans, Albert Van Den Broeck and Aad van de Wijngaart. Voor iaido uit Aad van de Wijngaart, René van Amersfoort, Patrik Demuynck, Emilio Gomez and André Schiebroek. Voor de examens schoof Louis Vitalis aan.

CENTRALE TRAINING

De centrale training van 3 oktober trok 7 jodoka en 31 iaidoka. Die van 28 november 15 en 38. Dat brengt het jaargemiddelde op 11 respectievelijk 35.

KORYU-JODO-SEMINAR

Het enige andere evenement dat doorgang vond, was het jaarlijkse koryu-jodo-seminar op 12-14 november, onder leiding van René van Amersfoort en Louis Vitalis. Het werd weer goed bezocht, met name ook uit het buitenland.

Voor het eerst werd het afgesloten met een toernooi, uiteraard voor koryu-kata's. De eerste prijs belandde bij een Belgisch/Nederlands gelegenheidsteam: Aad van de Wijngaart en Liviu Vlad.

EXAMENS

Bij de examens tijdens het september-seminar slaagden bij jodo 3 deelnemers voor ikkyu, 7 voor shodan, 9 voor nidan, 6 voor sandan, 8 van de 9 voor yondan en 9 voor godan.

Bij iaido 16 voor ikkyu, 4 van de 5 voor shodan, 4 voor nidan, 7 voor sandan, 5 voor yondan en 7 van de 8 voor godan.

Tot slot ging bij de shogo dit jaar rensai iaido naar Elaine van Ommen Kloeke.

TC iaido/jodo
Aad van de Wijngaart
André Schiebroek

Verslag Web-commissie

Er werden het gehele jaar door kleine aanpassingen uitgevoerd, meestal de update van verschillende applicaties. Over het algemeen lopen de inschrijvingen van seminars en/of lidmaatschap goed. Alleen worden we de laatste tijd wat lastiggevallen door veel aanmeldingen/inschrijvingen lidmaatschap van buitenlandse email adressen. Dit geeft wat werk daar deze deels handmatig moeten worden verwijderd. Als dit zo door blijft gaan moeten we mogelijk de procedure lidmaatschap aanpassen. Dat kan inhouden dat het aspirant lid zijn aanvraag doet, op basis daarvan zijn account wordt aangemaakt, deze daar bericht van ontvangt en dan zijn gegevens en betaling kan afmaken.

Als dat het gaat worden zullen we dat op de website vermelden.

Op dit moment draait het allemaal zoals het bedoeld was, betalingen mogelijk via website, ledenaanmelding en registratie, bezoekers registratie seminars en centrale trainingen.

Ook de registratie van graduatie op een niet door de georganiseerd evenement komt op gang, zodat ook deze historie voor de leden bewaard blijft.

De laatste maanden hebben veel last van 'FAKE' inschrijven van de bekende URL's uit het buitenland, dat vergt wat meer onderhoudstijd om het veilig te houden.

Wat wel achterblijft is verzoeken tot plaatsing van wat leden zouden willen vertellen, anders dan de agenda, dit soort info wat voor de leden interessant is om te weten. Wilt u iets kwijt op de website bericht het aan ons en we kijken of we het kunnen publiceren.

Bij eventuele foto's die aangeboden worden moeten we wel zeker weten dat er toestemming is om ze te publiceren.

We kunnen wel spreken van een moderne website met vele mogelijkheden, die nog lang niet allemaal worden gebruikt, we kunnen nog vooruit.

Om het systeem te onderhouden en in voorkomende gevallen in te springen heeft Harry Splinter aangeboden steun te verlenen, waarvan acte.

Tevens voldoet de website als een goede informatiebron voor alle leden.

*Johan vd Broek,
Soesanto Bosari,
Harry Splinter*

E-mail adres gezocht

Sinds vorig jaar verschijnt de Zanshin enkel nog digitaal. Papieren exemplaren worden niet meer verstuurd. Helaas missen we in de ledenadministratie van een aantal mensen nog een e-mail adres. Zij ontvangen dus geen Zanshin. Wellicht is er een ander lid dat ons aan een e-mail adres kan helpen; of leest een van hen dit op de Website.

Aanvullingen kun je sturen naar

joke.dejong.t@gmail.com

Hiernaast een lijstje met namen waarvan we een e-mail adres missen

Alvast bedankt!

Pieter Cornelis	Boer
Dhr/Mw.	Borstlap
Adrian	Bowmer
Dhr./Mw.	Eltink
Hans	Esser
Uri	Houtzager
Dhr/Mw.	Keller
Andy	Kim
Rudolf Susanto	Kromojahjo
Chris	Nieukoop
Davey	Smit
Wing	Tang
Ronald	Vliet

1e Jodo Team Training na de pandemie

NKR / TEAMTRAINER / RENÉ VAN AMERSFOORT

Hoe lang geleden we voor het laatst als Nederlands Jodo Team bij elkaar zijn gekomen weet ik niet precies meer. Dat is ook niet belangrijk. Oorzaak, dat we niet bijeen hebben kunnen komen, lag in de pandemie. Lokaal draaiden dojo tussen de verschillende lockdowns in Nederland wel door. Echter op Nationaal niveau liet het te wensen over. Gedurende de pandemie konden we niet doen, wat we graag wilden doen. Op allerlei gebied. Daarom moet je de kans pakken als die er ligt. Persoonlijk heb ik vanaf September 2021 alweer 14 buitenlandse seminars gedaan.

Zo dachten wij - de "directie" (Elise, Johan & René) van het Nederlands Jodo Team - ook, toen de Ishido Cup vanwege de pandemie werd geannuleerd: die kans moeten we pakken, want van uitstel komt afstel. We konden een zaal krijgen in Den Bosch en een e-mail werd verzonden binnen de NKR met de uitnodiging tot het aanwezig zijn op Jodo Teamtrainingen voor de komende twee maanden. Tegen het einde van die periode volgt opnieuw een schema met aanvullende trainingen. We pakten de draad weer op. Dus zorg dat je tijdig aan boord zit.

Drie Spanjaarden - die tijdens de Ishido Cup aanwezig zouden zijn en al een vliegticket hadden gekocht - werden door mij uitgenodigd zaterdag 29 januari 2022 training te volgen in mijn dojo en zondag 30 januari 2022 namen twee (Robert Rodriguez & Lourdes Santana) daarvan deel aan de 1ste Open Jodo Teamtraining. Hieronder een kijkje achter de coulissen, via door aanwezigen geschreven verhalen, waarvoor hartelijk bedankt.

NKR / VERONICA RIJKE

De eerste jodo team- training sinds lange tijd. Het zijn altijd open trainingen, iedereen is welkom, van beginner tot gevorderden. Behalve voor het sociale aspect, met de nodige koffie, thee en koekjes, is er ook ruim voldoende tijd om aan technieken te werken, die vaak een ondergeschoven kindje zijn binnen trainingen in een lokale dojo. Door tijdsgebrek, moet je vaak een overvol programma in één les stoppen, waardoor de kwaliteit het verliest van de kwantiteit.

Deze teamtraining was een interessante training, de focus lag op diepte en kwaliteit.

De tijd stond open om bepaalde technieken onder de loupe te nemen; de luxe om te spelen; te experimenteren en om uit te vinden wat voor iemand werkt of niet werkt, voorzien van de nodige aanwijzingen.

Tuurlijk komen er ook trainingen waar flink gebuffeld gaat worden, zonder bloed, maar met het nodige zweet & tranen en onder genot van lekkere koffie mét koekjes, met als hopelijk resultaat: een Nederlands Jodo Team, dat er mag zijn op een Europees Kampioenschap! Een team waar JJ, jodoka in Nederland, een deel van kan worden.

Zoals een sensei ooit vertelde, dat de weg naar de dojo de moeilijkste weg is maar eenmaal genomenGanbatte !

NKR / LOUIS HEEK.

Start nieuwe teamtrainingen 2022. Eindelijk, na een lange tijd geen jodo teamtrainingen kunnen volgen, was er dan op 30 januari 2022 een frisse start. Een andere locatie in Den Bosch dit keer, wederom een nette gymzaal.



Met een kleine internationale groep een leuk begin van het nieuwe jaar gemaakt.

Onder leiding van Rene van Amersfoort Sensei een sportieve warming up gedaan. Ruim de tijd genomen voor rek-en strek. Daarna door met Tandoku kihon, gevolgd met Honte uchi in koppels. Aandacht voor het juist starten en afmaken van de grote bewegingen. Interactie en reactie op de initiële beweging. Wanneer kun je de controle overnemen?

Tsuki Zue oefenen. Het lijkt zo simpel, maar er zit een hoop dynamiek in. Doordat het een kleine groep was, konden we hier veel aandacht aan geven. Met nog een aantal aandachtspunten en bewegingen sloten we de dag af met jodokata 1-6.

Na de intense beoefening van deze 6 kata's was er speciale aandacht ingeruimd voor een terechte blik van waardering voor Teammanager Elise Heijboer voor de inzet bij de ontwikkeling van het jodo met het Nederlands team. Een Kodokan-scroll is gemaakt, met een thuisversie. Deze thuisversie hangt inmiddels op een veilig plekje, blijkt uit foto's. De scroll wordt al gebruikt in de dojo.

Leuk om weer met elkaar te kunnen trainen. Tijdens de team-trainingen heerst een goede dynamiek. Iedereen heeft wat voor elkaar over en iedereen komt om te leren en vooruitgang te boeken.

Op naar de volgende training.

ABKF / ELS ROGIER (BELGIË).

Afgelopen weekend vond normaal gezien de Ishido cup plaats. Spijtig genoeg werd die enkele weken terug afgelast, omdat Nederland in een lockdown zat. Ondertussen mag er al wat meer in Nederland en op zaterdagavond/nacht zag ik berichtjes op Facebook over een jodo team training op zondag verschijnen en die training bleek na een berichtje aan René sensei, net als in het verleden, voor iedereen open te staan.

Bed in gekropen, 's ochtends sporttas en lunch klaargemaakt en met de auto vertrokken. Zondagochtend, iets voor 10, vlakbij het adres van de sporthal in Den Bosch, stond Elise die de ingang van de sporthal toonde en waar je kon parkeren. Een andere sporthal dan normaal, maar de binnenkanten zien er allemaal bijna hetzelfde uit. Grote kleedkamer met de gekke bankjes van één plankje breed, en een naar Belgische normen, zeer goed uitgeruste gymzaal waar de meeste scholen hier alleen maar van kunnen dromen.



Blij weerzien in de kleedkamer en in de zaal en even kort kennismaken met de twee Spanjaarden die ik nog niet kende.

De training start met een opwarming zonder wapens. Eerst rustige oefeningen, waarvan een deel met nieuwe bewegingen, die later in de training terug kwamen. Nadien intensere oefeningen, waarbij de pauzes soms verdacht kort leken en tenslotte allerlei stretchoefeningen voor armen, voeten, benen, heupen...

De training met jo start met kihon op je eentje doen. Nadien gingen we honte uchi oefenen. Honte uchi, de techniek die denk ik bijna iedereen als allereerste leert in jodo en een van de makkelijkere slagen lijkt. Ik had bij het oefenen van kihon tijdens vorige lockdowns al gemerkt dat ik in die slag allerlei dingen mis deed, want ik slaagde er onder andere totaal niet in om in die slag ook maar enigszins mijn achterste hand te gebruiken, omdat die hand pas deftig op zijn plek kwam tegen de tijd dat de slag gedaan was. Extra gedetailleerde uitleg was dus meer dan welkom voor mij. En die kregen wel! Schouders open trekken in het naar achter trekken, heel klein beetje zakken door je benen, jo wat meer in het midden van je handen houden, voorste hand stabiel houden, jo dichter bij je lichaam omhoog brengen, achterste voet indraaien, heup niet te snel indraaien, hand naar beneden glijden, niet teveel opzij mikken, maar rechter op het hoofd, punt werpen waarbij je gebruik maakt van de zwaarte-kracht en wat extra kracht kan bijzetten door ook je bovenste hand te gebruiken, door het wapen van de tegenstander gaan, op de correcte hoogte eindigen en in DTTR hoek. Er was vast nog meer, maar ik zal al heel blij zijn als ik deze puntjes wat meer in de techniek kan steken.

Daarna oefenden we honte uchi per twee en ook in de kata tsukizue. Dan was er een lunchpauze met koffie! Eén van de voordelen van Nederlandse teamtrainingen, je wordt er echt wel verwend met koffie, thee en koekjes. In de namiddag gingen we verder met onder andere Tai-atari, Kuritsuke en Hikiotoshi. Ook hier heel veel dingen gezien waar ik aan moet werken om ze correcter te doen.



Op het einde van de dag kreeg Elise een hele mooie 'banner' voor in haar dojo en thuis, voor al het werk dat ze de afgelopen jaren deed bij het organiseren van vanalles en nog wat.

Conclusie: hele toffe training, blij weerzien met iedereen, heel veel geleerd, vooral dat niets zo simpel is als het lijkt en er nog heel veel training nodig is om het allemaal te leren toepassen.

NKR / CLAUDE MAMPAEY.

De eerste Teamtraining bestond uit een groep enthousiaste leden van het Nederlandse team aangevuld met twee jodoka's uit Spanje en één uit België.

Sensei René van Amersfoort startte de les met een lange algemene warming up, om alle luie Corona en Lockdownspieren weer wat soepeler te maken. Hierbij werd vooral de nadruk gelegd op het rekken van alle spieren in plaats van duur- en krachtsinspanning. De aandacht voor langzame opbouw van de rekoefeningen en de juiste volgorde zorgden voor het voorkomen van blessures. Deze methode vindt hopelijk zijn weg binnen meerdere dojo's gedurende de komende "opstartweken". Het zogenoemde 8 sessiesdurende "planking" was hierbij een nieuw onderdeel.



Hierna werd de jodoles ingezet met de seitei kata Ipponme Tsukizue met speciale aandacht voor de tijdige soepele handdraai bij de Honteuchi die ingegeven wordt op het moment dat de Uchi opnieuw wil gaan slaan (Uchi stapt dan in Hidari-jodan-no-kamae). Indien de Shi eerder dan dat moment in beweging komt, loopt de Shi of in het zwaard of komt te dicht uit bij de Uchi. Het juiste draaimoment bij de Hidari Honte geeft met de juiste houding een effect als ware je langer wordt (je maakt jezelf groot). De goed gecontroleerde ademhaling ondersteunt daarbij. Bij de slag volgt de beweging van je rechtersoet de punt van de jo (Josaki).

Daarna gingen we verder met technieken uit de seitei kata Nanahonme Kasumi met speciale aandacht voor het juiste moment, de hoek en de techniek. Gezamenlijk zorgen deze voor de juiste slag. De houding moet komen door de juiste hoek aan te nemen en de duwbeweging (Taiatari) vanuit de heup/buikregio; daarmee krijg je zelfs zwaardere personen uit balans.

Ook werd aandacht besteed aan het verlagen van je zwaartepunt (door wat meer door de knieën te buigen) daardoor "verliest de tegenstander je iets uit het oog"; wat René duidelijk liet zien met een karate slagdemonstratie met Louis.

Als laatste lesonderdeel liepen we de seitei kata 1-7, hier bleek aangekomen bij gohonme Sakan dat Corona van een "whoesj"-geluid het betere "plok"-slagwerk had weten te



maken zowel bij de Migi Honte als bij de slag na de Migi-hikio-toshi-no-kamae. Kortom de Jo werd meer als honkbalknuppel gebruikt dan de gebruikelijke "glijduwslag" van de Hikiotoshi. Hierop werd door René een "vrijwillige" Louis als muur ingezet, want hoe vlakker je de Jo langs je gezicht laat draaien, des te beter kom je uit. Anders komt de Hikiotoshi-slag teveel van de zijkant.

Noot:

Het is veel te kort weergegeven wat je ons allemaal op zondag hebt geleerd. Wat deze les herhaling op papier goed aangeeft, is dat ik de oefeningen nog eens dunnetjes over heb gedaan met Roel omdat ik precies wilde verwoorden wat jij ons wilde leren. Vandaar dat de reactie wat langer geduurd heeft.

Aandachtspunten voor mij:

-Ik kon nog niet goed genoeg uitleggen wat jij bedoelde met omhoogkomen bij de draaibeweging van de Tsukizue. Roel gaf aan dat je niet met je lichaam omhoog komt, wel je armen goed dient te strekken en je een rechtere houding mede door "semme" in combinatie met je ademhaling realiseert.

-Bij Gohonme Sakan kom ik bij de eerste slag wel goed uit qua hoogte (buik/navel) en houding, maar de slag vernachel ik vervolgens compleet. Bij de Hikiotoshi-slag gaat dit vaak vele malen beter, omdat daar de draaibeweging van voeten en de armen kennelijk bij mij beter bekend is geraakt.

NKR / MERIJN VAN HAM.

Zondag 30-01-22. Samen met Elise mee naar Den Bosch voor de last minute ingeplande jodo teamtraining. Naast een leuk clubje mensen uit ons kikkerlandje ook nog 3 internationale gasten op bezoek (2 uit Spanje + 1 uit België).

Na te lang te hebben gewacht met iets te schrijven over deze leuke leerzame dag, zodoende niet alles meer op een rijtje, toch een paar hoogte punten:

Een ZEER uitgebreide warming-up-rek-strek-ontspanning-adem-in-uit-later-wordt-het-allemaal-duidelijk-waarvoor-ja? en ojee-de-planking-telefoon-app-challenge-van-Rene, hikiotoshi (hoop/wanhoop wisselen elkaar af; tot welke jodo-goden moet ik mij aanwenden om dit ooit tot een succes te brengen... lekker meppen is er niet bij... of stiekum toch wel mmm), ranai kihon - toppie- aangezien ik nog maar een beetje aan deze kata heb gesnuffeld. En ja, jewel, laterop de dag vallen die oefeningen uit de warming-up ook nog op zijn plaats.

Ook jodo-liefde gaat door de maag: de lunch! Zelfgebrachte bammetjes en koffie/thee/speculaatjes van Veronica. Nadat iedereen teveel speculaatjes heeft gegeten is het tijd om Elise, voor haar inzet voor Jodo/NKR, in het zonnetje te zetten. Na wat mooie woorden van beide kanten en een oorkonde voor boven haar bed... ook nog een ingelijste Kodokan kalligrafie voor thuis aan de muur! EN EN een Kodokan kakejiku (scroll) voor in de dojo!

Maandag erop buikspierpijn (denk die planking app challenge) en veel oh's en ah's in de dojo als Elise de kakejiku aan de muur hangt! Shomen ni... rei! Zoveel leuker nu :)

NKR / FLOORMANAGER / JOHAN VD BROEK.

De 1e team training 2022 kon op 30 januari worden gehouden door het wegvallen van de Ishido-cup en de versoepeling van de lockdown maatregelen een week eerder. We zijn gestart met een schijnbaar eenvoudige warming-up waarbij spiergroepen werden aangesproken die ik al een lange tijd niet had gevoeld. Na circa 1 uur werd aangevangen met kihon tandoku gevolgd door kihon sôtai. Daarna over op nog wat losse technieken als honte uchi, hikiotoshi uchi, kuritsuke en kurihanashi vooruitlopend op datgene wat in de middagsessie ging plaatsvinden.

Rond 12.45 lunchbreak met koffie en thee verzorgd door Veronica. Na de lunch hebben we een 'ceremonie' gehouden voor Elise Heijboer en wel de uitreiking van een Kansha Jo (dankbetuiging). Dat komt zo, vorig jaar januari hadden Rene van Amersfoort en ikzelf de idee opgevat om Elise eens in het zonnetje te zetten en te bedanken voor alle werkzaamheden en ondersteuning die zij al reeds vele jaren voor het Nederlandse Jodo team en jodo NKR in het algemeen uitvoert. Ik vond dat bij een bedankje ook een gepast cadeau op zijn plaats was. Ik heb toen aan Rene van Amersfoort gevraagd of hij zijn goede vriend Richard Boel wilde vragen een originele Japanse kalligrafie te maken van "Kodokan" Rotterdam, de dojo van Elise. Deze kalligrafie kon dan ook worden gebruikt als voorbeeld voor de kakejiku wat we ook wilden laten maken. De kalligrafie was vrij snel klaar echter de kakejiku nam wat meer tijd in beslag, gezien het feit dat dit artikel besteld moest worden via internet. Medio November 2021 was alles gereed; de kalligrafie was ingelijst; de kakejiku en opbergmiddelen als hoes en koker waren ook gemaakt.

Nu de uitreiking nog, we dachten de gelegenheid te hebben op de Ishido-cup 2022 echter zoals we weten werd deze vanwege Corona geannuleerd. Gelukkig werden op tijd de maatregelen v.w.b. sporten versoepeld zodat we 30 januari 2022 de teamtraining konden gebruiken om dit af te ronden. Allereerst hebben we de uitreiking gedaan van de Kansha Jo met de tekst zoals hier onder vermeldt. We hopen dan ook dat vele jodoka's van de NKR





dit ook zo aanvaarden. Daarna de aanbidding van de ingelijste kalligrafie door Rene van Amersfoort welke ongetwijfeld een mooie plek zal krijgen in haar huis. Als laatste de overhandiging van de kakejiku die de dojo Kodokan Rotterdam zeker een meer professioneler uiterlijk zal geven.

Na dit gebeuren weer over tot de orde van de dag de training, waaronder de correcte en effectieve uitvoering van kurihanashi. Om de praktijk goed te kunnen uitvoeren werden ook de veel gemaakte fouten getoond.

De afsluiting van de dag met kata 1 t/m 6. Diverse malen in een rustig tempo met veel herhalingen om tot een zo correct mogelijke uitvoering te komen.

Rond 17.00 was deze team training weer ten einde en konden we moe en voldaan huiswaarts. Zie NKR agenda voor volgende Jodo Teamtrainingen.

Maandag 31 januari 2022 hing de kakejiku al op zijn plaats in Kodokan Dojo.

NKR / TEAMMANAGER / ELISE HEIJBOER.

De spits is er af! Ik ben heel blij dat we weer van start konden gaan met de teamtrainingen voor het jodoteam.

De training was redelijk last minute ingelast en de voorwaarden waaronder we zouden kunnen trainen waren pas een paar dagen van te voren bekend, dus helaas was nog niet iedereen van de partij. Maar iedereen die er wel was had er duidelijk zin in.



Ik denk dat we er echt aan toe waren weer met elkaar te kunnen trainen.

Het was een behoorlijk technische training, waar een ieder op eigen niveau aan verbeteringen kon werken. Ik denk dat dit goed gelukt is en dat het heel fijne start van een nieuwe serie trainingen was!

Ik mocht ook een prachtig cadeau in ontvangst nemen. Meerdere zelfs. Dit is voor mij een opdracht voor de toekomst. Eentje om me te blijven inzetten voor de zaken en de personen waar ik om geef, om te blijven ontwikkelen en daarin niet alleen mijn dojo maar ook het jodoteam mee te nemen.

Bedankt voor de mooie verhalen: Veronica, Louis, Merijn, Claude, René, Johan en Elise!

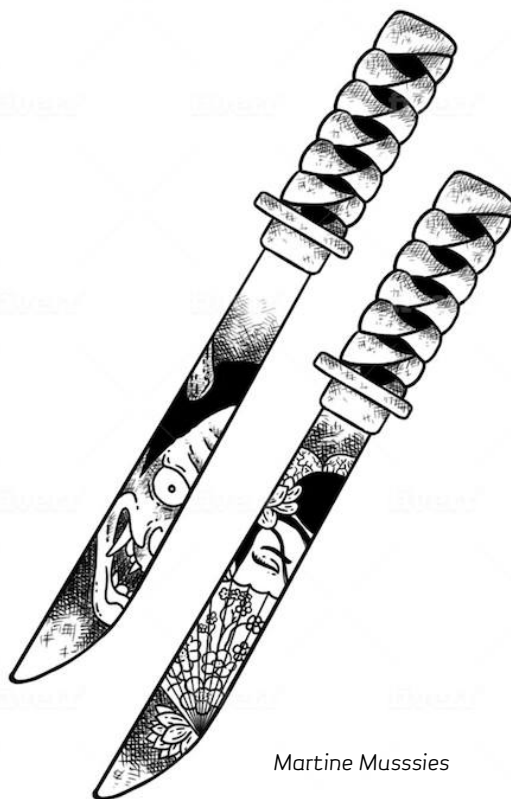
"De Directie"
Jodo Team NL NKR

N.K.R. Activiteiten 2022

Iaido/Jodo			Kendo	
16 Jan 2022			CT + Beginners 11.00 - 14.00 uur	Zwolle Landstede
29 Jan 2022	Ishido Cup	Vianen	Team training Kendo	
30 Jan 2022	Ishido Cup	Vianen	Team training Kendo	
5 Feb 2022			Shinpan Seminar	Brussel
6 Feb 2022			Shinpan Seminar	Brussel
13 Feb 2022				Amsterdam
20 Feb 2022	CT Jodo/iaido shinpan iaido	Sporthallen Zuid (Amsterdam)	CT kendo (shiai + shinpan) 11.00 - 16.00	Sporthallen Zuid
5 Mar 2022			Team training Kendo	
6 Mar 2022			Team training Kendo	
13 Mar 2022	CT + ALV 10.00 - 13.00	Sporthallen Zuid (Amsterdam)	CT Kata + ALV 10.00- 13.00	Sporthallen Zuid
19 Mar 2022			Iijima Cup	Sportcampus Zuiderpark
20 Mar 2022			Iijima Cup	Den Haag
27 Mar 2022			Team training Kendo	
3 Apr 2021			Edo Cup/Odinot Cup	Wageningen
10 Apr 2022	NK jodo/iaido Individueel	Voorschoten		
23 Apr 2022			Team training Kendo	
24 Apr 2022			Team training Kendo	
1 May 2022	CT jodo/iaido	Sporthallen Zuid (Amsterdam)		
22 May 2021			CT + Examen 11.00 - 16.00 uur	Sportcentrum de Pijp
28 May 2022			Team training Kendo	
29 May 2022			Team training Kendo	
12 Jun 2022	NK jodo/iaido Teams	Rotterdam	NK Teams Kyu	Groningen
25 Jun 2022			Team training Kendo	
26 Jun 2022			Team training Kendo	
30 Jul 2022			Team training Kendo	
31-7-2022			Team training Kendo	
12-14 Augustus 2022			Kendo Summer Seminar	

Vanwege de COVID-19 maatregelen is de agenda onder voorbehoud!

De meest recente agenda is te vinden op de site van de NKR (www.nkr.nl) !



Martine Mussies