



Judoclub Helden

Nieuwsbrief

REYNDERS
RAMEN

077-307 50 37



TOP 1 TOYS
MARC JANSSEN
TEL. 077 - 46 34 566



In dit nummer:

Scheidsrechters tekort	2
Ellen Limburgskampioen	2
J.C.L.	2
Internationaal toernooi	2
Kerstkaarten actie	3
J.C.L.	3
bestuursmededelingen	4

Ontmoetingsruimte

23 december 2006 was de laatste dag dat wij als judoclub Helden gebruik konden maken van onze "ontmoetingsruimte".

Per 01 januari 2007 zullen de kosten voor deze ruimte sterk gaan stijgen. De gemeente Helden is bezig om het hele pand te voorzien van beveiliging. Hiervoor moeten alle gebruikers gaan betalen.

Dit bedrag inclusief de huur van de ontmoetingsruimte is dermate hoog dat wij als bestuur hebben besloten om vanaf 01 januari 2007 alleen nog maar gebruik te maken van de gymzaal en kleedlokalen.

Kijkdagen

Elke laatste zaterdag van de maand is er kijkdag. Mocht er een feestdag of vakantiedag tussen zitten dan kan er wel eens geschoven worden. Onderstaand ziet u de kijkdagen tot de zomervakantie

Zaterdag	27 januari
Zaterdag	24 februari
Zaterdag	31 maart
Zaterdag	28 april
Zaterdag	26 mei

Ju-Do, de soepele manier



In 1876 stapte Jigoro Kano naar een jiu-jitsu-school. Hij was zijn hele leven al klein en mager geweest en werd daarvoor makkelijk geplaagd. Hij deed nooit vervelend terug, want dan kon hij een optater verwachten. Hij besloot er iets aan te gaan doen. Hij ging zijn conditie verbeteren en werd sterker door alle oefeningen die hij deed. Al snel leek hij geen 'spillebeen' meer. Hij werd sterker en voelde zich ook sterker. Daarom

1e dan Vic van Lier

Zaterdag 16 december mocht Vic van Lier aantreden met nog 31 andere judoka's om een gooi te doen naar de eerste dan judo.

Na een goede voorbereiding met zijn judopartner Freek de Bruyn uit Helden was het dan zo ver.

Nadat hij een goede kata had laten zien moest hij nog een heel scala van technieken demonstreren, iets wat hem bijzonder goed afging, het resultaat was er dan ook niet minder om, de felbegeerde zwarte band is binnen.



Vic met examenpartner Freek



durfde hij ook steeds meer voor zichzelf op te komen als hij geplaagd werd. Toen hij 16 jaar was wilde hij jiu-jitsu leren, want hij had gehoord dat een kleinere van een grotere en sterkere kon winnen dankzij jiu-jitsu technieken. Hij merkte al snel dat het niet mee viel. Jiu-jitsu trainingen waren zwaar. Zijn conditie werd nog beter maar hij zat vaak onder de pleisters. Sommigen noemden hem zelfs 'Bansoko' (De pleister). Stoten met de vuisten, trappen met de voeten en steken met

Scheidsrechters tekort

Alle judoverenigingen hebben van de judobond onderstaande brief gekregen. Als er iemand interesse heeft om in de toekomst een cursus te willen volgen kan met de trainers of één van de bestuursleden contact opnemen.

Meerdere malen bent u al op de hoogte gesteld op het geringe aantal scheidsrechters. Momenteel ziet men op bijna elk toernooi dezelfde goedwillende scheidsrechters. Wanneer deze het laten afweten, zijn er geen judowedstrijden meer mogelijk. Ook deze vrijwilligers hebben recht op vrije weekenden.

Ondanks diverse oproepen worden er te weinig kandidaten voor de scheidsrechterscursus aangemeld. Het

district bestuur en de district scheidsrechters commissie judo vragen opnieuw iedere trainer, sportschoolhouder en ieder bestuurslid van de verenigingen hun uiterste best te doen voor het aanmelden van kandidaten voor de cursus scheidsrechter. Indien het aantal aanmeldingen voor een nieuwe cursus onvoldoende blijkt te zijn, zal het district bestuur maatregelen moeten nemen ten aanzien van het aantal te organiseren toernooien.

Zeker de organisatoren van toernooien en de deelnemende scholen en verenigingen aan wedstrijden dienen hun uiterste best te doen bij het zoeken van kandidaten voor deze cursus. Mogelijk zullen reeds gegeven toestemmingen voor de organisatie van een toernooi moeten worden herroepen, wanneer er een tekort aan scheidsrechters blijft.

Sportschoolhouders en besturen van verenigingen: laat het zover niet komen en zorg voor kandidaten.

De eisen voor deelname zijn: minimaal 1e kyu (bruine band) en de leeftijd van 16 jaar.

De aanmelding is alleen schriftelijk mogelijk bij de district scheidsrechters commissie judo

Aanmeldingen kunt u opsturen naar:

Mevr. R. Schaeps, secretaris districts scheidsrechters commissie judo

Boeckstaetehof 610, 6543 HG Nijmegen

Telefoon: 024-3737393 Of per e-mail: rschaeps.judo@gmail.com

Ellen Limburgs kampioen

Zaterdag 09 december j.l. zijn in sporthal „het Anker“ in Born de Limburgse kampioenschappen voor senioren dames en heren gehouden.

Voor judoclub Helden kwamen op de tatami Ellen Wilms in de klasse onder 63 kg en Willem Peters (een van onze trainers) in de klasse -81 kg.

De wedstrijden begonnen om 18.00 uur, als eerste kwam op de mat Ellen Wilms. Ze won de eerste partij zonder veel moeite met ippon evenals de tweede, in de finale won ze met yugo en koka van Evelien Donkers van jc Hercules en werd limburgs kampioen bij de dames senioren.

Willem Peters had na enkele jaren geen wedstrijden gedraaid te hebben een erg zware loting maar won zijn eerste partij met een prima verwurging, de tweede verloor hij helaas na goed judo, in de herkansing won hij nog 2x, de strijd om de 3^e plaats werd helaas verloren van een erg sterke tegenstander.

Willem, knap gejudood en toch een 4^e plaats.

Internationaal toernooi

Zondag 14 januari heeft Ellen Wilms deelgenomen aan het Dutch open Espoir toernooi in Eindhoven met deelnemers uit diverse Europese landen, ze kwam uit in de klasse onder 63 kg.

Met een vrijloting en 1x winst, daarna 2x verlies tegen zeer sterke Franse tegenstandsters haalde ze een negende plaats in een poule van 22 judoka's.

Jeugd Competitie gestart

In sporthal "de Hamar" te Belfeld is de Jeugd Judo Competitie Limburg weer van start gegaan, deze competitie gaat over vijf wedstrijddagen met promotie en degradatie. Er word door 45 teams gestreden op 7 matten om het Limburgs kampioenschap.

Judoclub Helden neemt hieraan deel met een team van zes judoka's, deze judoka's zijn Rick Manders, Kay Smeenk, Dave Smits, Jeroen Vermazeren, Jelle Boonekamp en Guus Boots.

Het Heldense team kwam uit in poule 2, er werd door iedereen hard gevochten om de benodigde punten te halen maar met name Rick Manders en Guus Boots lieten prima judo zien door al hun wedstrijden te winnen.

De uitslagen van deze eerste wedstrijddag waren:

Jc Helden.....jc Hercules2	3-2
Jc Helden.....jc Reuver	4-1
Jc Helden.....Budokai 1	2-3
Jc Helden.....jv Terwinselen	3-2.



Kerstkaarten actie

Heel veel leden van de vereniging hebben zich weer ingezet om in totaal 140 zakken met 10-setjes kerstkaarten te verkopen.

Een enkele uitzondering heeft er 0 verkocht, 1 verkoper had op de envelop staan dat hij van nature nogal lui was en zijn broertje de kaarten verkocht had.

Twee verkopers waren zelfs heel actief en gingen lang gelijk op in de strijd om beste verkoper te worden.

Mike v Leeuwen wist maar liefst 8 zakken te verkopen, maar dat was niet genoeg om Glenn Bremmers wederom van de overwinning af te houden. Glenn bracht maar liefst 10 zakken aan de man.

De tombola die traditioneel aan de actie gekoppeld is, was voor de verkopers ook dit jaar weer een spannende aangelegenheid.

De prijzen die ook dit jaar weer zeer de moeite waard waren, hebben we kunnen aanschaffen door de extra bijdrage van een drietal sponsors nl;

Van Hal stomerij

Top 1 toys Panningen

Beerens keukens/sanitair Roggel

De prijzen zijn als volgt verdeeld:

Portable dvd speler Glenn Bremmers
(beste verkoper.)

Sporttas Bart Peeters

Sporttas Tim Cuppen

Nintendo ds Nick Peeters

Nintendo ds Rob v Lier

Portable cd speler Stefan Janssen

Portable cd speler Janna Bruynen

En of dit alles nog niet genoeg was kregen alle verkopers nog een leuke attentie en snoepzak omdat iedereen 'n prijs verdiend had.

Namens het bestuur willen we alle verkopers (en hun ouders) bedanken voor hun inzet.



2e wedstrijd dag JCL

Zaterdag 13 januari heeft het team van judoclub Helden in sporthal "de Hamar" te Belfeld deelgenomen aan de tweede wedstrijd dag van de Jeugd Judo Competitie Limburg.

Het team bestond uit Rick Manders, Kay Smeenk, Dave Smits, Jelle Boonekamp en Guus Boots, iedereen vocht voor zijn punten en met succes want ook iedereen won minstens twee of meer partijen, alleen Rick won alle partijen,

drie van de vier wedstrijden werden winnend afgesloten zoals te zien in de uitslag:

Jc Helden...jc Hercules2 2-3

Jc Helden...jc Reuer 5-0

Jc Helden...bs Gennep1 3-2

Jc Helden...Budokai venlo2 5-0

Jeroen Vermazeren heeft deelgenomen aan deze wedstrijden voor jv Meyel en heeft menig puntje binnengehaald voor zijn team.



INSTALLATIE
EN COMPLETE RENOVATIE
VAN

KEUKENS
SANITAIR

CENTRALE VERWARMING
TEGELWERKEN
SFEERVERWARMING
EN GASHAARDEN

**BEERENS
ROGDEL BV**

VRIJKENSTRAAT 19 ROGDEL
TEL.: 0475-494747
WWW.BEERENSROGDEL.NL





Actief in beweging

Judoclub Helden
Postbus 7041
5980 AA Panningen

Rabobank: 14.19.03.414

Dojo:
gymzaal de Riet
Min. Calsstraat 9
5981 VT Panningen

Secretariaat: Annette Smeenk
Telefoon: 077- 307 76 27
E-mail: info@judoclubhelden.nl

Ontwerp en opmaak:
Jack Kok © 2007

judoclubhelden.nl



Bestuurs mededelingen

Afmeldingen dienen schriftelijk bij het secretariaat van onze vereniging en bij de judobond te geschieden. En wel voor 10 november.

zaterdag 10 februari is er geen training

zaterdag 17 februari gaat de training gewoon door

dinsdag 20 februari is er geen training. Dan is de gymzaal gesloten ivm carnaval

zaterdag 24 februari is er wel training

zaterdag 10-03-2007 is er geen training in verband met de examens

Alleen de jongste jeugd van 08.30-09.30 uur hebben deze dag training

Examens

De examens zullen dit jaar op 10 maart plaatsvinden. Er wordt al volop getraind voor die felbegeerde hogere band. Op deze dag zijn de ouders van harte welkom om naar de vorderingen te kijken.

Vervolg van pagina 1

de vingers, het was allemaal toegestaan.

Terwijl Jigoro Kano naar jiu-jitsu-les ging, waren er juist veel Japanners die ermee ophiel-

den. De sporten die in Amerika en Europa werden gedaan (basketbal, honkbal etc), werden steeds populairder in Japan. Toen zijn leraar overleed kreeg Jigoro de papieren en aantekeningen van zijn leraar. Misschien dat hij daardoor steeds maar meer wilde leren van verschillende jiu-jitsu-, boks-, en worstelstijlen. Jiu-jitsu had veel goeds maar... hij zocht, dacht na, probeerde uit en vond wat hij wilde! De toen 22-jarige, intelligente universiteitsstudent noemde het 'Kodokan judo'. Dat was in 1882. Jigoro Kano vond het jiu-jitse veel te hard. Het Kodokan judo was veiliger om te beoefenen en dus prettiger om te trainen en leuker om naar te kijken.

In het jiu-jitse ging het erom je tegenstander(s) te verslaan. Zelfs zo, dat ze niet meer konden opstaan. Kodokan judo was meer een fopspeel, een manier om iemand te werpen of onder controle te houden op de grond, zonder direct iemand te moeten blesseren.

Kano bedacht dat als je dit spel vaak en lang genoeg zou spelen, je er tenslotte een sympathiek(er) mens door zou kunnen worden met een gezond(er) lichaam.

Door het verbieden van gevaarlijke technieken, technieken veiliger te maken en nieuwe technieken te bedenken was Kodokan judo niet agressief, maar je kon je wel flink uitleven. En je kon steeds proberen het nog beter te doen. Er waren strenge regels en veel van de oude Japanse gebruiken (bijvoorbeeld het groeten) werden nu weer meer gebruikt dan in de tijd van het jiu-jitsu.

Jigoro Kano leerde ook veel over de verschillende manieren van lesgeven. Hij wist dat je een goede leraar of lerares nodig had om iets te kunnen leren. Daarom wilde hij, zelfs toen hij leraar was, steeds meer bijleren. Doordat hij voorname ouders had en zelf gesteund had, had hij veel vrienden van adellijke ouders. Zij vormden eigenlijk zijn eerste judoschooltje. In het begin waren er maar 22 leden. Maar die leerden erg snel en werden later ook leraar in judo.

Met Jigoro Kano gaven zij demonstraties in Japan en later in de hele wereld. Zelfs jiu-jitsu leraren moesten toegeven, dat judo als zelfverdediging goed was toe te passen. Leraren op (gewone) scholen kregen in de gaten dat judo goed te gebruiken was in de gymlessen om de scholieren eerlijk te laten stoeien en beter met elkaar te leren omgaan. De Japanse politie kreeg ook judo op het trainingsprogramma.

Kano's belangrijkste leerlingen trokken zich in het begin van 1900 naar alle windstreken om meer mensen judo te laten zien en beoefenen. Kano werd gekozen in het Internationaal Olympisch Comité,(1909) en bezocht de Olympische Spelen van Amsterdam(1928). In 1938 stierf Kano aan de gevolgen van een longontsteking