



GAMBARU SKA LIER VZW

Gambaru nieuwsbrief februari 2019

Beste karateka en ouders,

!!!!!!!!Overstap van de Belgische Karate Shotokan Academy (BKSA) naar de Vlaamse Karate Associatie (VKA).

Zie nieuwsbrief januari 2019.

Het lidgeld en verzekering samen zullen vanaf nu 31 € per jaar bedragen, dus wat minder.

!!!!!!!!Nieuwe website

An senseï heeft een hele nieuwe website gemaakt:

<https://wordpress.gambarukarate.be/>

Gelieve daar regelmatig naar te kijken a.u.b., o.a. examendata, kata's en andere informatie.

Daar staat nu ook het nieuwe examenprogramma op. Dus voor de leden, die examen willen doen, kijk goed wat U moet kennen.

!!!!!!De Algemene Ledenvergadering gaat door op 1 maart 2019, direct na de vrijdagtraining.

Alle leden en ouders zijn welkom.

Welkom aan onze nieuwe leden

Ook in het nieuwe seizoen 2018-2019 hopen we nog een aantal nieuwe leden in onze club te mogen verwelkomen. Dus als je iemand kent die interesse heeft in karate, breng deze dan gerust eens mee voor een paar proeflessen. Wie weet vinden ze het net als wij een leuke sport en schrijven ze zich in. Dan krijg jij er naast een extra vriendje in de les ook nog eens 10 trainingen gratis bovenop. Dat is onze gouden regel en is toch handig meegenomen?

!!!!!!!!!!!!!!Wijziging trainingsuren en lesaanpak beginnersgroep op vrijdag !!!!!!!!!!!!!!!

Zoals eind vorig seizoen werd afgesproken met alle aanwezige leden zal er 2 maandelijks (in oktober, december, februari, april en juni) naast de vaste examenmomenten ook een evaluatie zijn om te kijken wie mee kan instappen in de voorlopig beperkte groep die doortraint tot 19u. Om naar die groep te kunnen overstappen dient het lid gemotiveerd, leergierig en met grote inzet te trainen tijdens het eerste uur zodat we het hogere technische niveau en de nodige maturiteit van deze trainingen alleszins kunnen behouden.

!!!! De groepsverdelingen blijven tot aan het examenmoment in februari 2019 ongewijzigd!!!!!!Dit wegens te weinig inzet van die leden.

Kyusho-jutsu & Dim-mak lessen

De volgende kyusho les gaat door op vrijdag 8 februari 2019. De volgende data zijn: 8 maart 2019 // 29 maart 2019 // 3 mei 2019 // 7 juni 2019

Vragen kunnen altijd gesteld worden via de kyusho-chatgroep op fb of via mail.

Doragon Martial Science Academy heeft nu een website: <http://doragonmsa.be/>
Deze site werd gemaakt door Els senseï. Voor alle leden, niet enkel zij die de kyusho-lessen volgen, zeker de moeite om deze site eens te bekijken.

!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!Op sommige vrijdagen eindigen de lessen 10 minuten vroeger!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

08/02
22/02
08/03
22/03

Clubbadges

De club heeft gezorgd dat er clubbadges beschikbaar zijn. Deze kan je bekomen bij Nathalie in ruil voor 3 euro. Er werd ook gedacht aan de ouders (= zeg maar grootouders), die het gebruik van het strijkijzer nog kennen: de badges zijn voorzien van een strijklaag.

Examen:

Regelmatig houden we een clubexamen. Zo kunnen leden, die aan de gradatievoorwaarden voldoen, hier zonder lange wachttijd naar uitkijken. Het volgende examen zal doorgaan op **vrijdag 15 februari 2019.**

Het is belangrijk om voldoende trainingen te hebben om aan het examen te kunnen deelnemen. Hoeveel lessen je nodig hebt, lees je in onze examengids. Op de homepage

www.gambarukarate.be klik je links op de rubriek **ledeninfo**. Rechtsboven staat de link naar **examenprogramma's**. Voorin heb je hoeveel lessen je moet hebben. Scroll je naar onder dan zie je de inhoudelijke examenprogramma's.

Voor vragen hierover kan je bij de lesgevers terecht.

Denk zeker ook aan de werkpunten die je bij het laatste examen kreeg. Daar moet je de weken en maanden na je laatste examen op letten en verbeteren. Want zoals iedereen ondertussen al zou moeten weten, word je beoordeeld naar je inzet en vooruitgang in je kihon, kata, bunkai en kumite tijdens de trainingen tussen je laatste en je volgende examen. Het examen zelf is een voorbereiding voor je examen voor zwarte gordel voor een internationale jury.

Let op: jyu ippon kumite en bunkai zijn verschillend. Van de examenkata moet je het verplichte aantal aangeleerde bunkai's kunnen uitvoeren op een realistische manier (m.a.w. wij moeten kunnen zien of de technieken effectief zouden zijn, indien uitgevoerd zonder controle). Voor je graadverhoging wordt dit bekeken tijdens je trainingen. Jyu ippon kumite is een technische aanval- en verdedigingssimulatie. Hier mag je zelf je afweer, afhankelijk van de aanval van je partner, en tegenaanvallen kiezen, maar de technieken en de standen moeten correct zijn.

Nota: Breng zeker je vergunningsboekje mee op het examen. De ouders en familieleden zijn welkom om het examen bij te wonen in de sportzaal. We verwachten wel stilte en respect voor alle deelnemers.

Externe ervaring vanaf blauwe gordel

Voor meer informatie hierover kan U terecht bij de lesgevers.

Stages

!!!!Stage met Vince Morris: Kissaki Kai (zie bijlage): 2 en 3 februari.

!!!!De Vlaamse karate Associatie organiseert regelmatig stages. Hiervan zal U op de hoogte gebracht worden via de nieuwsbrieven. Een aantal van die stages kan ook meetellen als een training voor de shodan shiken.

Provinciale trainingen:

De Vlaamse karate Associatie organiseert regelmatig provinciale trainingen en stages.

De lijst met provinciale trainingen vindt U hieronder. Zij zijn toegankelijk vanaf minimum 7 ° kyu. De meesten tellen mee als trainingen (minimum 4) die een kandidaat zwarte gordel moet hebben om te kunnen deel nemen aan het examen.

Nota: bij de trainingen waar vooraan een rood sterretje staat: die tellen mee voor de trainingen /en of stages die men moet hebben i.v.m. het examen 1 ° dan. Deze worden genoteerd op een witte kaart, zij het via een kleefbriefje of stempel. Deze kaart kan U weldra bekomen bij Nathalie senseï.

Gelieve steeds voor alle zekerheid de website van de VKA (<http://vlaamse-karate-associatie.be/>) te raadplegen i.v.m. de uren.

Kalender shodan shiken en provinciale trainingen.

★ za 21 dec. 2019	Sporthal UCLL – Hertogstraat 178 3001 Leuven	Provinciale training Vlaams Brabant van 11u tot 12u30	
★ za 19 okt. 2019	Sporthal UCLL – Hertogstraat 178 3001 Leuven	Provinciale training Vlaams Brabant van 11u tot 12u30	
★ zo 19 mei 2019	Brugge	Shodan Shiken	
★ za 27 apr. 2019	Sporthal UCLL – Hertogstraat 178 3001 Leuven	Provinciale training Vlaams Brabant van 11u tot 12u30	
★ za 06 apr. 2019	Sporthal Het Rooi Berchem Stadionlaan, Berchem	Provinciale training Antwerpen	
★ za 23 mrt. 2019	Sporthal Appels Steenweg op Aalst 41 Dendermonde	Provinciale training Oost-Vlaanderen van 13u30 tot 15u	i
★ zo 17 mrt. 2019	Sporthal Hekers Ter Linden 29 9052 Gent	Provinciaal Kampioenschap Oost Vlaanderen	i
★ za 09 feb. 2019	Sporthal UCLL – Hertogstraat 178 3001 Leuven	Provinciale training Vlaams Brabant van 11u tot 12u30	
★ za 02 feb. 2019	Sporthal Stekene Nieuwstraat 60D	Provinciale training Oost-Vlaanderen van 10u tot 11u30	i

Voor alle soorten informatie of vragen:

Sensei Werner: werner.de.vos@skynet.be

Sensei Nathalie: gambaru.karate@skynet.be (secretariaat)

Sensei An: an.pedus@telenet.be

Website: <http://www.gambarukarate.be>

Oss

De lesgevers