



**GAMBARU SKA LIER VZW**

## **Gambaru nieuwsbrief januari 2019**

Beste karateka en ouders,

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

Na jaren lang de stijlgroep BKSA gevolgd te hebben heeft de club de overstap gemaakt naar de VKA. De zienswijze van de BKSA i.v.m. met karate strookte niet meer met de visie en de gegeven trainingen in onze club. Dat hebben verschillende leden ondervonden tijdens de stage van de BKSA in Hasselt en deze van de VKA in Berlaar.

Voor de leden zal er niet veel veranderen: de trainingen gaan in dezelfde zin door, zeker wat betreft bunkai van de kata's. Wel zal er meer aandacht besteed worden aan de juiste afwerking van de technieken, aan kumite en aan het opbouwen van een serieuze conditie. Ook het examenprogramma zal iets veranderen: tot en met 2 ° kyu zal dit hetzelfde blijven. Het programma van 1 ° kyu zal aangepast worden aan de vereisten van het VKA-programma voor 1 ° dan, wat fysiek zwaarder is dan dit van de BKSA, maar zich eigenlijk meer richt op de basistechnieken.

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

Kortelings zal U deze verandering en het programma en vereisten voor 1 ° dan kunnen vinden op onze website.

### **!!!!!!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. 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 strijklag.

### **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](http://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.

### **Dangraden**

Deze informatie krijgt U binnenkort.

### **Stages**

Deze informatie volgt weldra.

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

### **Voor alle soorten informatie of vragen:**

Sensei Werner: [werner.de.vos@skynet.be](mailto:werner.de.vos@skynet.be)

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

Sensei An: [an.pedus@telenet.be](mailto:an.pedus@telenet.be)

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

Oss

De lesgevers