



Informatie

Info 1 Trainingen

Normale training **Groep 1 18.00 uur tot 19.15 uur**
 Groep 2 19.15 uur tot 20.30 uur
 Groep 3 20.30 uur tot 21.45 uur

Belangrijk

aanstaande vrijdag gaat de training niet door, de training is op as. woensdag zelfde tijden.

Vrijdag	29-1	normale training (examen voorbereiding)
Vrijdag	5-2	normale training (examen voorbereiding)
Donderdag	11-2	extra training voor het examen (18.30 tot 20.00 groep 1 en 2 en 20.00 tot 21.30 groep 3)
Vrijdag	12-2	normale training (examen voorbereiding)
Vrijdag	19-2	geen training (i.v.m. schoonmaak gemeenschapshuis)
Zaterdag	20-2	examentraining tot en met geel/oranje 10.00 uur tot 11.00 uur examentraining tot en met blauw-bruin 11.00 uur tot 12.30 uur
Vrijdag	26-2	examen groep 1 en 2 van 18.00 uur tot en met 20.30 uur examen groep 3 van 20.30 uur tot en met 22.00 uur
Vrijdag	5-3	normale training
Vrijdag	12-3	normale training
Zaterdag	13-3	stage twistringens Duitsland (O-Sensei A. Krystek)
Vrijdag	19-3	normale training
Vrijdag	26-3	normale training
Vrijdag	2-4	normale training
Vrijdag	9-4	normale training
Vrijdag	16-4	normale training
Vrijdag	23-4	normale training
Zaterdag	24-4	stage Griendtsveen (O-Sensei A.Krystek)
Vrijdag	30-4	normale training
Vrijdag	7-5	normale training
Zaterdag/zondag	8/9-4	stage Bremen (verdediging tegen bedreiging van vuurwapens)
Vrijdag	14-5	normale training
Vrijdag-zondag	21/ 23-5	jiu-jitsu kamp 2010
Vrijdag	28-5	normale training

Info 2 Examen

Examen voor bijna alle leden. In de maand februari staat de examen training voorop. Zorg dat je alle technieken en bewegingen kent. Kan je in deze maand niet trainen of lukt het je niet de bewegingen te leren dan is er nog een mogelijkheid in de maand juni. In de maand oktober is het volgende examen.

Info 3 Stage 13 maart 2010

Begin van het volgend jaar zal er een stage zijn in Stolzenau (Duitsland) en wel gegeven door mijn leraar jullie O-Sensei en de enige echte grootmeester A. Krystek. Wie ooit van deze man les heeft gekregen is besmet met de jiu-jitsu virus. Vechtlust, vriendschap, respect, trouw aan je sportmaten, eerlijkheid en van deze mooie sport. Het wordt al 2000 jaar ook wel BUSHIDO genoemd. Ook deze stage mag je niet missen.

Info 4

Stage grootmeester Krystek

7^e dan Jiu-Jitsu

6^e dan Judo

1^{ste} dan Aikido

Mijn meester, jullie groot-meester, komt zaterdag 24 april naar Griendtsveen. Van 12.30 uur tot 13.45 uur krijgen de leden van groep 1 en 2 les van onze grootmeester. **Deze les is gratis.**

Van 14.00 uur tot 16.00 uur kan iedereen, vanaf 12 jaar, zich inschrijven voor een boken en jo training. De training wordt door grootmeester Krystek gegeven.

De kosten, inclusief een mooie bokken (houten zwaard) is € 20,00.

De kosten, zonder bokken is € 10,00.

Ben op tijd met het inschrijven, want er zijn maar een beperkt aantal plaatsen.

Info 5

Stage Bremen

Deze stage is alleen maar te volgen met een minimale leeftijd van 16 jaar en een bruine of zwarte band. Op deze stage krijgen wij training in het verdedigen van bedreigingen met pistool. Schieten met pistool en mitrailleur. Uitleg over de wapenwet en andere informatie over wapens. De training vindt plaats op het politieterrein van de speciale inzetpolitie. (in Nederland heet dat het Arrestatie team) Deelname aan deze stage is eveneens beperkt.

Info 4

Kamp 2010

Ons jaarlijkse kamp, in Kronenberg, zal dit jaar zijn van vrijdag 21 mei om 17.00 uur tot zondag 23 mei 17 uur. Enkele speerpunten van dit kamp zijn: training in karate, aikido en jiu-jitsu, zwemmen in Het Meerdal, paintbal schieten, levend stratego, kussengevecht en een verrassingsmiddag (zondag). We slapen in tenten, eten in onze kamptent, trainen buiten en/of binnen en maken er dit jaar een echt topkamp van. Met paintbal mogen kinderen tot en met 12 jaar niet deelnemen aan het schieten in de bossen. Wel kunnen kinderen tot 12 jaar op jacht naar beesten met het geweer. Enkele volwassenen zijn dan de klos. Als kleine kinderen meegaan en de ouders vinden het eng, mogen de ouders, tegen een kleine vergoeding, ook mee.

Het kan best zijn dat dit kamp een druk en groot kamp gaat worden. Daarom hebben wij dit jaar ook een hoop stafleden extra.

Kosten voor dit kamp zijn **€40,00** per persoon.

Als de ouders meegaan zijn voor hun de kosten **€25,00**.

In de prijs zit zwemmen, eten, slapen en deelname aan de activiteiten.

Sensei Karel
