



# Nieuwsbrief

Jaargang 8, nummer 35— Leidschendam, 18 juni 2012.

## In dit nummer:

- ⇒ Van de voorzitter
- ⇒ Van de penningmeester
- ⇒ Judo kamp
- ⇒ Verjaardagen

## Wedstrijdverslagen:

- ⇒ Instaptoernooi
- ⇒ Mahorokan
- ⇒ Vrijdagavondcompetitie

---

## Voor de agenda

29 juni  
Laatste les

29 juni – 12 augustus  
Zomervakantie (geen les)

20 augustus  
Eerste Les

## Van de voorzitter

**Z**o, net zoals de vorige keer toen ik dit stukje schreef, is het een mooie zonnige namiddag, maar nu op de laatste dag van het judo kamp. Ik heb vandaag wat opgeruimd en zit voldaan na te genieten van een prachtige zondag.

Het kamp was ook dit jaar een groot feest. Meerdere ouders waren bereid gevonden pannenkoeken te bakken voor het diner van zaterdag. Ik kan jullie uit zeer betrouwbare bron verklappen: ze waren heerlijk! Het waren er wel erg veel, aangezien niet alleen de aangekondigde ouders maar ook andere ouders spontaan aan het bakken waren geslagen. Er waren bijna tweemaal zoveel pannenkoeken als verwacht. Hierbij wil ik alle 'bakkers' hartelijk danken! Volgend jaar weer? Verder was het kamp natuurlijk ook uitstekend... Waarschijnlijk door het verschuiven van de datum hadden we dit jaar ongeveer 20 deelnemers minder dan de vorige jaren maar ondanks dat was het voor iedereen weer ouderwets genieten. Met dit jaar als thema 'monsters & griezels' is er weer flink gewandeld, waren er diverse buitenspellen en was er een 'monsterlijk' levend Stratego. Dit allemaal onder de enthousiaste en deskundige leiding van onze kampcommissie, die ik hierbij ontzettend wil bedanken voor hun inzet. Er waren dit jaar wat extra uitdagingen maar het resultaat mag er zijn. Wat het kamp volgend jaar gaat brengen weet ik niet, maar houd de agenda in de gaten.

Zoals vorige keer aangekondigd is Shi-Han een nieuwe dangraad rijker. Hierbij feliciteer ik Steven Villerius van harte met zijn 2<sup>e</sup> Dan judo. Tevens de felicitaties voor 'De Mees' Koos Verhagen die aan de basis heeft gestaan van dit resultaat. Een van de examinatoren liet zich na het examen ontvallen dit toch wel het 'echte' judo te vinden, zonder trucjes. Zoals vanouds hebben we Shi-Han van de goede kant laten zien, waarbij ons technisch niveau nog steeds iets is om trots op te zijn. Dat is ook waar we voor staan.

Als doorkijkje naar het volgende seizoen wil ik de strandtraining niet vergeten. Let op de agenda, want in september is het al zover.

Ik kan het niet nalaten te vermelden dat we als bestuur continue op zoek zijn naar mensen om de vereniging te versterken. Op dit moment zijn we specifiek op zoek naar bestuurs- of commissieleden. We denken hierbij aan bijvoorbeeld de taken van voorzitter, penningmeester, secretaris of niet-judo-activiteiten. Maar ook het uitvoeren van diverse taken als commissielid, zoals het ondersteunen van de penningmeester, behoort tot de opties. Twee uur in de maand beschikbaar? Aarzel niet en laat het ons weten!

Rest mij niet anders dan jullie allemaal alvast een prettige vakantie te wensen en tot snel weer, op de mat!

**André Nieuwenhout (wnd. Voorzitter/Penningmeester)**



## **D** **oievaarspas? Inleveren voor scannen!** **De gemeente is zeer strikt in het vergoeden van de korting Ooievaarspas.**

Vanaf het komende seizoen **moet** Shi-Han een paslezer (magneetstrip) gaan gebruiken om de korting vergoed te krijgen. Dat betekent dat de pas zelf aan Shi-Han beschikbaar moet worden gesteld om voor controle te scannen.

### **Hoe gaan we dat organiseren?**

Hoe we dat *precies* gaan organiseren kunnen jullie lezen in de komende contributiebrief seizoen 2012/2013 en/of de nieuwsbrief aan het begin van het volgende seizoen

Om het goed te kunnen regelen hebben we de Ooievaarspas echter zo snel mogelijk nodig. Dus als voorproefje de verwachting hoe we het gaan doen:

- Lever zo snel mogelijk de Ooievaarspas in bij je leraar (de eerste les van het nieuwe seizoen)
- Je leraar zorg ervoor dat de pas bij de penningmeester terechtkomt, om te scannen
- De eerstvolgende les krijg je de pas weer terug van de leraar. Dat betekent dat je de pas een week niet in je bezit hebt. Houd daar rekening mee!

De gemeente is strikt in het aan Shi-Han vergoeden van de korting. Ook wij moeten dus streng zijn: Geen (**geldige**) pas betekent geen korting. Let dus op de eerstvolgende contributiebrief en/of nieuwsbrief!

Met vragen kun je terecht bij onze penningmeester André Nieuwenhout, via [penningmeester@shi-han.nl](mailto:penningmeester@shi-han.nl), ons algemene telefoonnummer of via de judoleraar.

### **André Nieuwenhout (wnd. Voorzitter/Penningmeester)**





## 📣 Judo kamp 2012!

**E**n toen was het weer maandag, wat is het weekend weer snel voorbij gegaan. En wat hebben we het leuk gehad in het Kruithuis in Delft.

Hoewel de groep iets kleiner was dan vorig jaar was het toch een ECHT Shi-Han zomerkamp. En van alle leeftijden waren jullie er weer bij, de jongsten van 6 en de oudste al 18. Sommigen waren er misschien voor de eerste keer bij en vonden het misschien wel een beetje spannend, maar daar was na het welkomstpraatje van meester Bob niets meer van te merken.

Natuurlijk waren er ook dit jaar een paar vaste elementen die we ieder jaar zien terugkomen. Bijvoorbeeld het estafette-spel, dit jaar weer met allemaal nieuwe onderdelen zoals het spinnenweb maken, monstermaaltijd en het happen naar ogen in een bak met water. Ook was er dit jaar weer een douanespel en wilde er natuurlijk niemand slapen de eerste avond. De tweede avond was er ook niemand moe, maar was het wel heel snel stil op de kamers. Dit jaar waren er natuurlijk ook weer nieuwe activiteiten. Er was een foto-speurtocht, een pannenkoekenmaaltijd en het maken van je eigen anti-monster wapen.

Je hebt er nogal wat mensen voor nodig om een dergelijk weekend op poten te zetten en die wil ik hierbij nog een keertje extra bedanken. In de kampcommissie Anita, Bob, Jelt, Liesbeth, Linda, Kevin en Toby. Vrijwilligers Alieke Koopman, papa en mama van Gastel en Oscar van Leeuwen. In het bijzonder erg belangrijk bij de activiteiten dit kamp was meester Avin. En dan waren daar nog al die ouders die lekkere pannenkoeken voor ons hadden gebakken. En dan nog het bestuur van Shi-Han voor alle assistentie en Eric van Leeuwen voor de mooie petjes. Jan Harm Bakhuys voor het maken van de groepsfoto's. En natuurlijk iedereen die ik in alle hectiek vergeten ben. Allemaal super bedankt voor jullie inzet!

Volgend jaar gaat het misschien weer helemaal anders, andere mensen, andere deelnemers, andere locatie en misschien wel heel ander weer. Je weet het nooit met ons. Maar wat niet zal veranderen is dat we er samen een super weekend van maken.

Tot volgende keer!

**Matthijs Winnink (Coördinator niet judo-activiteiten)**

*Wist u overigens dat de kampboodschappen, zonder dat wij het ze vragen, de laatste jaren deels gesponsord worden door Albert Heijn Leidsenhage? Toch wel aardig van ze.*



Wedstrijdagenda:

*I.v.m. vakantie geen agenda*

## Instap toernooi 12 mei

**V**oor dit instaptoernooi was de zaterdag verkozen boven de zondag. Dat betekende een gering aantal deelnemers van SHI-HAN. Robert Bolk moest op het laatste moment verstek laten gaan door een blessure aan zijn rug (sterkte!).

Mart Braam was er gelukkig wel en ging vol enthousiasme zijn tegenstanders te lijf. De vooraf gemaakte afspraken zijn door Mart goed nagekomen. Dit resulteerde helaas niet in het behalen van de beoogde doelstelling. Mart verloor al zijn partijen in een te kort tijdsbestek. De tegenstanders waren ervaren wedstrijdjudoka's wat het er niet eenvoudiger op maakte. Mart laat zich goed coachen en hij kan goed met een teleurstelling omgaan. Dat kunnen niet alle judoka's zeggen!

Blijf trainen en dan heb ik vertrouwen in een volgende partij!

***Meester Ivo Zweekhorst (Trainer/Coach)***

## 8ste Mahorokan Westland Jeugdjudotoernooi

**D**e eerste wedstrijd werd Nynke vrijgeloot, dat was mazzel. De tweede wedstrijd moest ze tegen één langere dame, schouder worpen proberen dat is alleen niet haar sterkste kant. Dan maar de vertrouwde heupzwaai. Oké, dat mag best van mij maar dan wel met 2 billen tillen en niet met 10cm van één bil. Je had haar kunnen hebben.

De derde wedstrijd deden jij en je tegenstander niet onder voor elkaar. Maar dan moet je wel laten zien dat jij de baas bent op de mat. Je had last van zenuwen maar zij ook. Ik wil jou wel eens zien judoën als het stoom uit je oren komt van boosheid. Want dan pak je ze allemaal.

Dit was één mooi leer moment. Volgende wedstrijd ga ik je pesten tot je boos op me bent en dan schop ik je de mat op.

Casper had weer het geluk om in één poule te zitten. De eerste wedstrijd begon hij goed. Hij kon alleen niet de mat naar zijn hand zetten en dat is nu net nodig op een dergelijk toernooi. De tweede wedstrijd die ging iets beter, maar hij kon zijn tegenstander er niet onder krijgen. De strijd was goed hij kon hem alleen net niet winnen.

De derde wedstrijd ging goed. Misschien omdat ik hem ff wakker had gemaakt, want hij zei dat hij een beetje moe was. Maar eenmaal wakker won hij makkelijk. Eén tip als je voor staat in een wedstrijd dan kan je er zeker in zijn dat je tegenstander in de laatste 10 sec alles zal geven, hij heeft toch al verloren.

**Lees verder op pagina 5**



#### **Vervolg van pagina 4...**

Niels mocht tegen iemand die ook op het Nederlands kampioenschappen heeft gestaan, een zware dobber dus. Maar hij vocht als een leeuw ( ik kan het weten) helaas niet gewonnen. De tweede wedstrijd daar liet hij zich compleet verrassen. Hij was overdonderd door de aanval van zijn tegenstander, helaas verloor hij. Ik moet zeggen dat ik heel goed judo van je heb gezien.

Thomas begon fantastisch. Zijn tegenstander was even goed hij. Het is alleen wel moeilijk om je koppie er bij te houden, als een partij 3 min duurt. Zonde man. De tweede wedstrijd heb ik niet gezien omdat ik bij een judoka op een nadere mat was. Maar deze heb je gewonnen dus dat is altijd goed. De derde partij kwam je in een houdgreep terecht, heel jammer. Ook deze partij moest ik vanaf een afstand zien ( het loopt wel eens anders dan je hoopt als je 4 judoka's moet coachen) Jammer, maar ik zie wel dat je vooruit gaat, dus hou vol.

Owen was vrij geloot in zijn eerste wedstrijd. De tweede kwam ik net van één andere mat vandaan dus was de partij al begonnen. Nadat ik hem gezegd had wat hij moest doen ging het beter, alleen kwam hij in één houdgreep terecht. De derde wedstrijd gaf ik hem een kleine pep talk en daarna deed hij precies wat hij moest doen. Links judoën, daar had zijn tegenstander niet van terug, Superworp. De vierde wedstrijd deed hij weer wat ik van hem vroeg. En hij zag dat het werkte. Geloof in jezelf en blijf ze met links verrassen want het werkt. Ook deze won Owen.

In de vijfde partij moest hij echt zijn meerdere erkennen. Deze was nog net één maatje te groot. Maar hij is op de 5de plaats geëindigd en dat van de 23 dat is best goed.

Ik ben heel tevreden over deze dag en over deze judoka's. Dame en heren we gaan vooruit daar en ik blij mee.

#### ***Meester Eric van Leeuwen (Trainer/Coach)***



## Finale vrijdagavondcompetitie 2012

**O**p vrijdag 1 juni was het dan eindelijk weer zover. De laatste vrijdagavond competitie van het judoseizoen 2011- 2012. Het toernooi werd deze keer gehouden in de sporthal van Stompwijk'92.

Judoka's van Westvliet, Greenfit, Budoclub Voorburg, Stompwijk'92 en ons eigen Shi-Han streden tegen elkaar om de begeerde punten bij elkaar te sprokkelen. Hiermee kon aan het eind van de finaleavond een mooie prijs uitgezocht worden. Deze prijzen bestonden uit speelgoed. Van lego doosjes tot bodyboards, van waterpistooltjes tot voetballen en ook aan de meisjes was gedacht, van barbies tot springtouwen. Het was een gezellig avond, waarbij het enthousiasme van de kinderen onze prijs was. Daar doen we het voor.

Hierbij bedanken wij alle vrijwilligers voor hun bereidwilligheid en tijd. De scheidsrechters, de tafelmanagers, de coaches, de judoeraren die de warming-up deden en de matten ploeg. Bij dezen bedankt. Top, zonder jullie kan het toernooi niet bestaan.

Volgend seizoen gaan we hier zeker mee door. Dus tot dan!

***Meester Ivo Zweekhorst (Trainer/Coach) en Liesbeth Teunissen (Wedstrijdsecretaris)***



### **Colofon:**

De Shi-Han-nieuwsbrief verschijnt elke twee maanden en kan altijd leuke kopij gebruiken. Ook wat te melden? Mail het dan naar:

[info@shi-han.nl](mailto:info@shi-han.nl)

Bedankt!

### **Contact**

Shi-Han  
Postbus 106  
2260 AC Leidschendam  
[info@shi-han.nl](mailto:info@shi-han.nl)

Giro 4498444  
KvK Haaglanden  
27264947

### **Afmelden training**

Een keertje verhindert?  
Meld je dan even af:

[tc-leden@shi-han.nl](mailto:tc-leden@shi-han.nl), of:

via de trainer

Alvast bedankt

## **Shi-Han Feliciteert!**

01 juli	Ray Doerga
04 juli	Toby Hollen
05 juli	Ruud Pronk
06 juli	Thomas Koopman
09 juli	Wouter Paardekooper
13 juli	Lana Damsma
13 juli	Lucas Veenema
15 juli	Marco van Katwijk
17 juli	Ties Buisman
19 juli	Marton Tuskes
19 juli	Wouter Zaat
21 juli	Meester Bob
30 juli	Kevin Vink
01 augustus	Tycho Haegens
03 augustus	Ronlad van Schie
07 augustus	Tadeu Pestana Ferreira
10 augustus	Josh Doerga
11 augustus	Jaouad el Ajjar
12 augustus	Floyd Remmerswaal
15 augustus	Jordan Fredriksz
17 augustus	Tim Wiewel
23 augustus	Adham Hassan
25 augustus	Astrid Hellendoorn
26 augustus	Niels Boender
27 augustus	Samim Daud