

In dit nummer:

- ⇒ Van de voorzitter
- ⇒ Babynieuws
- ⇒ Het judokamp
- ⇒ Wedstrijdverslagen
- ⇒ Van de penningmeester
- ⇒ Gedragsregels
- ⇒ Algemene vergadering

Voor de agenda

- 3 sep: Begin nieuwe judoseizoen
- 15 sep: Strandtraining
- 22-29 okt: Herfstvakantie (geen les!)
- 12-16 nov: Judoexamens
- 14 nov: Algemene ledenvergadering

Wedstrijdagenda

- 8-9 sep: Jubileumtoernooi
- 7 okt: Tegeltjestoernooi
- 13-14 okt: Hang Ontoernooi
- 19 okt: Vrijdagavondcompetitie
- 28 okt: Instaptoernooi
- 18 nov: Tegeltjestoernooi

Van de voorzitter

Op het moment dat ik dit stukje schrijf zijn de schoolvakanties net begonnen en schijnt de zon na enkele regenbuien. Of het weer de hele vakantie zo wisselvallig is geweest weet ik nog niet. Wel weet ik dit: als u deze nieuwsbrief leest dat de vakanties voorbij zijn.

Een nieuw seizoen staat voor de deur. Wat het zal brengen is altijd een verrassing. Zeker is dat er examens voor de slippers en banden zullen zijn. Daarnaast verwacht ik dat één en mogelijk twee leden zullen opgaan voor hun examen 1e dan. Kortom, judotechnisch kunnen we volop aan de slag. Ieder op zijn of haar eigen niveau en met volle inzet.

Het aikibudo proberen we wederom een push te geven, zodat deze redelijk unieke Japanse krijgskunst een bloeiend bestaan zal bereiken. Even bloeiend als zo'n tien jaar geleden, toen we twee goedbezette lesuren hadden bij Shi-Han. Door de noodgedwongen stop van enkele jaren moesten we een nieuwe start maken.

We zullen ook dit seizoen voor de echt beginnende judoka de vrijdagavondcompetitie organiseren. Het afgelopen seizoen was dit gedurende vier vrijdagavonden een echt judofeest. De precieze invulling laat ik graag over aan de Technische Commissie en ik weet zeker dat het wederom een geslaagd evenement zal zijn.

Op 14 november is de Algemene Vergadering. Voor meer informatie zie elders in deze nieuwsbrief.

Voor de liefhebbers nog de volgende tip: op 28, 29 en 30 september organiseert de Judo Bond Nederland de Rotterdam Trophy 07. Dit toernooi is de opvolger van het Dutch Open en heeft de zogenaamde Super-A status (net als het Tournoi de Paris). Hierdoor is de deelname van alle judowereldtoppers gegarandeerd. Op dit toernooi treden zowel de dames- als de herenjudoka's in het strijdperk.

Volgens mij wordt het weer een prachtig budoseizoen. Tot ziens op de mat.

Jos Winnink (voorzitter)

Babynieuws: Frédérique Hendrika

Op 15 juni is *Frédérique Hendrika* geboren! Frédérique is het eerste kindje van Carolina de Bruin en André Nieuwenhout. Voor degene die André nog niet kent: André judoot bij de senioren en is de penningmeester van Shi-Han. Ouders en hun dochter maken het goed. Wij wensen André, Carolina en Frédérique veel geluk en gezondheid toe!

Lees verder →

Belangrijke data

12-16 nov: Judoexamens

14 nov: Algemene ledenvergadering

Het judokamp

We waren daar aangekomen en we moesten de spullen uit de auto pakken en de kleedkamer leggen. We waren Engeland. Daarna hadden we een bal gevonden en toen gingen we voetballen. Eerst met ze tweeën en toen met ze vieren en toen met ze zo velen. We werden naar binnen geroepen en we moesten een yell verzinnen. We gingen naar de kleedkamer en we hadden een liedje bedacht en die was leuk .

De juryleden moesten goed kiezen maar de uitslag kreeg je nog niet te horen. Toen moesten we met het team spelletjes doen. We moesten eerst opdrukken en dat had we 480 x gedaan. Toen ging het fluitje en toen deden we kruiwagen race. Ik hoefde de kruiwagen niet te duwen. Ik zat er alleen maar in want ik ben maar 27 kilo. Toen ging het fluitje. Toen moest je in de zak staan en moest je met je vriendjes de lucht inspringen. Soms ging je plat en moest je weer op staan.

We gingen in de avond een smokkel spel doen. We gingen naar een veldje. En we gingen toen snoepjes pakken. En het moest in het donker naar de overkant rennen. In het midden stonden medewerkers en mama. Opeens hadden we niks en kregen we ook geen snoepjes meer. Daarna aten we patat en toen gingen we slapen.

Ik had me eigen luchtbed op gepompt en toe kon ik slapen. Toen we wakker werden ging we ontbijten. Toen mochten we voetballen en daarna kregen we judo training. Twee keer na de training gingen we eten en deden we het laatste spel. We moesten een speurtocht doen met letters en toen kreeg je de uitslag en we werden tweede.

Toen was het afgelopen en ik vond het **heel leuk**.

Owen v. Hooijdonk (8 jaar)

8 Verslag vrijdagavondcompetitie 29 juni

Vrijdag 29 juni j.l. zijn de laatste wedstrijden van het seizoen gedraaid. Ondanks de lonkende vakantie was de organisatie erg tevreden over de opkomst. Zowel de judoka's uit Stompwijk als uit Leidschendam bevochten hun partijen met veel inzet en enthousiasme.

Lees verder →





Belangrijke data

12-16 nov: Judoexamens

14 nov: Algemene ledenvergadering

(vervolg "Verslag vrijdagavondcompetitie 29 juni")

Deze laatste serie uit vier toernooien gold als afsluiting van de vrijdagavondcompetitie met de daarbij horende prijsuitreiking. Het gescoorde resultaat over de vier toernooien werd opgeteld waarna de poules één voor één hun prijzen konden ophalen.

Zoals een gemoedelijk breedtetoernooi betaamt, was er voor iedereen een prijs beschikbaar gesteld door Shi-Han. Gedurende het seizoen is er veel positieve kritiek geleverd. Mede door de grote opkomst en enthousiaste reacties heeft de organisatie besloten volgend seizoen deze vorm van vriendschappelijke competitie door te zetten. In welk jasje het wordt gegoten houden we nog even spannend.

Over het geheel genomen kunnen we niet anders dan zeer tevreden terugkijken op het debuut van de vrijdagavondcompetitie bij Shi-Han.

Ivo Zweekhorst

Van de penningmeester

Contributie 2007-2008

Voor het seizoen 2007-2008 gelden de volgende (ongewijzigde) jaartarieven:

- Voor leden tot 10 jaar € 135,00
- Voor leden tot 18 jaar € 145,00
- Voor senioren (vanaf 18 jaar) € 170,00

De peildatum voor de leeftijd is 1 augustus voorafgaande aan het seizoen. Voorbeeld: een judoka die op 7 augustus 2007 tien jaar wordt, valt in de laagste contributiecategorie.

Let op: Shi-Han stuurt geen acceptgiro en maakt geen gebruik van incasso. Gelieve het verschuldigde bedrag voor 1 oktober 2007 over te maken op giro 4498444 t.n.v. Shi-Han te Leidschendam, o.v.v. "Contributie seizoen 2007-2008", de naam van de judoka en je postcode-/huisnummercombinatie. Dit laatste is met name van belang als je met girotel of elektronisch bankieren betaalt.

Mocht het in één keer voldoen van de contributie op bezwaren stuiten, dan valt er altijd wat te regelen. Met vragen over de contributie of de betaling kun je terecht bij onze penningmeester André Nieuwenhout, via penningmeester@shi-han.nl, telefonisch (070 320 43 81) of via je judoleraar.

Lees verder →



Belangrijke data

12-16 nov: Judoexamens

14 nov: Algemene ledenvergadering

Doe mee aan de Shi-Han-strandtraining

Om de zomer op gepaste wijze af te sluiten, houdt Shi-Han samen met Stompwijk'92 een strandtraining. Er wordt dan op een leuke manier training gegeven op het strand. Na afloop kunnen degenen die willen - en die een zwemdiploma hebben - een frisse duik in het zeewater nemen.

De strandtraining wordt gehouden op zaterdag 15 september. Er wordt verzameld om 9.00 uur voor het judozaaltje bij De Fluit.

We vertrekken dan om 9.30 uur in de richting van Wassenaar alwaar de training gegeven wordt. De training duurt zo'n 1,5 uur. Rond de klok van 13.00 uur zullen alle judoka's weer terug zijn bij het judozaaltje bij De Fluit. Meer informatie vindt u in de uitnodigingsbrief.

Op onze site www.shi-han.nl kunt u op de foto's zien hoe het er de vorige jaren aan toe ging.



Wij hopen jullie allemaal te zien op zaterdag 15 september!

Shi-Han-gedragsregels

De wijze waarop de judotechnieken worden aangeleerd is samen met anderen. De meeste gedragsregels in het judo hebben daarom een praktische reden of hebben te maken met wederzijds respect. Hieronder vindt u een greep uit de gedragsregels. De complete lijst is te vinden op onze website.

- a. Altijd met schone handen en voeten op de mat komen.
- b. Altijd met kortgeknipte nagels judoën.
- c. Alle sieraden moeten af, ook oorknoppen waarvoor net gaatjes zijn geprikt.
- d. Geen hoofddoeken, petjes of andere lichaamsbedekkingen waarachter men kan blijven haken.
- e. Geen harde voorwerpen dragen tijdens de les. Ook geen bril. Bij de uitleg van worpen kan, in overleg met de leraar, de bril worden gedragen.
- f. Geen kralen in het haar of metalen of anderszins harde haarspelden.
- g. Geen scheenbeschermers.
- h. Geen braces of ander hulpmiddelen gebruiken waar harde voorwerpen in zijn verwerkt.

Lees verder →



Colofon

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

nieuwsbrief@shi-han.nl

Bedankt!

Contact

Shi-Han
Postbus 106
2260 AC Leidschendam
(070) 320 43 81
info@shi-han.nl

Giro 4498444
KvK Haaglanden
27264947

Afmelden training

Een keertje verhinderd?
Meld je dan even af:

info@shi-han.nl, of:

06 306 431 78
(alleen bereikbaar tijdens
lesuren)

Alvast bedankt

(vervolg "Shi-Han-gedragsregels")

- i. Bij voorkeur geen gel in je haar en zeker geen verf (bij carnaval) die afgeeft op de judopakken. In dat laatste geval mag je niet meedoen aan de les.
- j. Altijd een schoon pak zonder scheuren. In scheuren van judokleding kunnen vinders en tenen blijven hangen en het staat zo raar.
- k. Trek het judopak pas aan in de kleedkamer. Dit ivm de kans op vervuiling van het judopak buiten de judozaal.
- l. Altijd slippers aan, van en naar de mat, anders wordt het vuil van de vloer op de mat gebracht. **Het is verboden om op blote voeten of sokken naar het toilet te gaan.**

📍 Kom naar de Algemene Vergadering

De jaarlijkse Algemene Vergadering zal op woensdag 14 november a.s. worden gehouden. Zoals inmiddels gebruikelijk wordt de vergadering gehouden in het zaaltje van AZL. De belangrijkste agendapunten voor zover deze nu al bekend zijn: het financiële verslag; het verslag van de kascommissie; de begroting voor nieuwe seizoen (2007-2008); het verslag van de Technische Commissie en verkiezing van zowel bestuursleden als van de kascontrolecommissie. Naast deze meer verenigingstechnische zaken komen de plannen voor het seizoen 2007-2008 aan de orde, zowel wat de niet-judo- als de judoactiviteiten betreft.

Er is een schema van aftreden van de bestuursleden gemaakt dat aan de vergadering zal worden voorgelegd. Dit schema moet ervoor zorgen dat niet alle bestuursleden tegelijk aftreden. Volgens het schema zullen deze keer het bestuurslid PR-zaken en de penningmeester/vice-voorzitter aftreden. Zowel Ralph Oei als André Nieuwenhout zullen aftreden. André heeft zich bereid verklaard om nog een tijdje de financiële kar van Shi-Han te willen trekken. Ralph Oei gaf aan dat hij zich om privéredenen niet herkiesbaar stelt voor een nieuwe termijn. Geconfronteerd met dit besluit, heeft het bestuur nagedacht over de opvulling van dit gat. Ons lid René Maassen is bereid gevonden om het beheer van de website en de PR op zich te nemen, zonder in het bestuur zitting te nemen.

Wij menen dat met de invulling van de PR-functie buiten het bestuur door René Maassen, dit zo goed is geregeld dat de bestuursfunctie vacant kan blijven.

Iedereen (leden en -vertegenwoordigers) is van harte welkom om deze vergadering bij te wonen.

Noteer alvast in uw agenda: Algemene Ledenvergadering Shi-Han, 14 november 2007 om 19:30 in het vergaderzaaltje bij zwemvereniging AZL (naast de ingang van het zwembad).

Jos Winnink (voorzitter)