

DE BALANS

Maandblad van Judoschool Herman Boersma. Locaties: Doorn en Leersum

november 2015 oplage 99

hermanboersma@hotmail.com www.judoschool-hermanboersma.nl 033-4729247. IBAN: NL90INGB0003915745

JUDOKA VAN DE MAAND

Naam **Chris de Vries.**
Leeftijd **10 jaar.**
Kleur band/slip **Oranje band, groene slip.**
Hoe lang zit je op judo **6 jaar.**
Favoriete schoolvakken **Rekenen en taal.** Mooiste boek **Diego Zonnesteek.**
Mooiste film **Ninja Turtles.**
Hobby's **Judo en Tennis.**
Wat is je beste judoworp/greep **De eerste judogreep.** Ik houd van **Computeren.** Ik heb een hekel aan **Pijn.** Wat vind je het leukste van judo **De worpen, grepen en de spelletjes.** Wat vind je het vervelendste van judo **Pijn.** Wat vind je van Nederland **Leuk land.** Wat vind je van de buurt waarin je woont **Heerlijk om te spelen.** Waar droom je van **(computer) programma ontwerper worden.** Wie wonen er bij jullie thuis **Mijn ouders, drie zussen en 4 katten.** Wat is het leukste van De Balans **De prijsvraag.** Wat wil je later worden **Zie mijn droom.** Wat is je grootste wens **Een computer laboratorium.** Ben je gelukkig **Jaaaaa.** Hoe komt dat **Omdat het thuis gezellig is.** Wat wil je nog zeggen **Niks.**

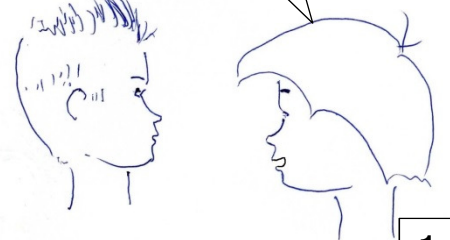
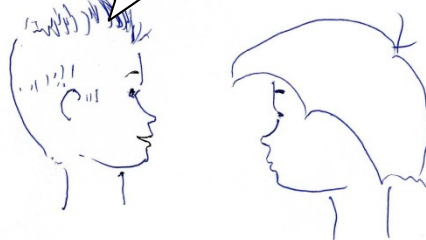


Chris: 'Mijn droom is om (computer) programma ontwerper te worden'

Ik ga lekker rijden op mijn paardje

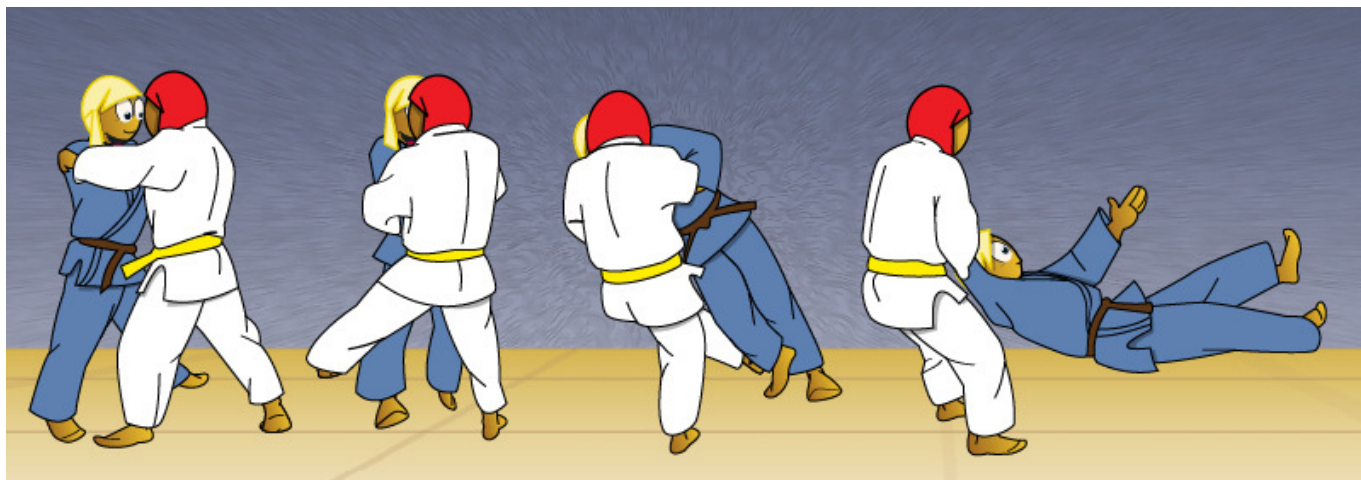
Hoe heet jouw paardje?

Pappa

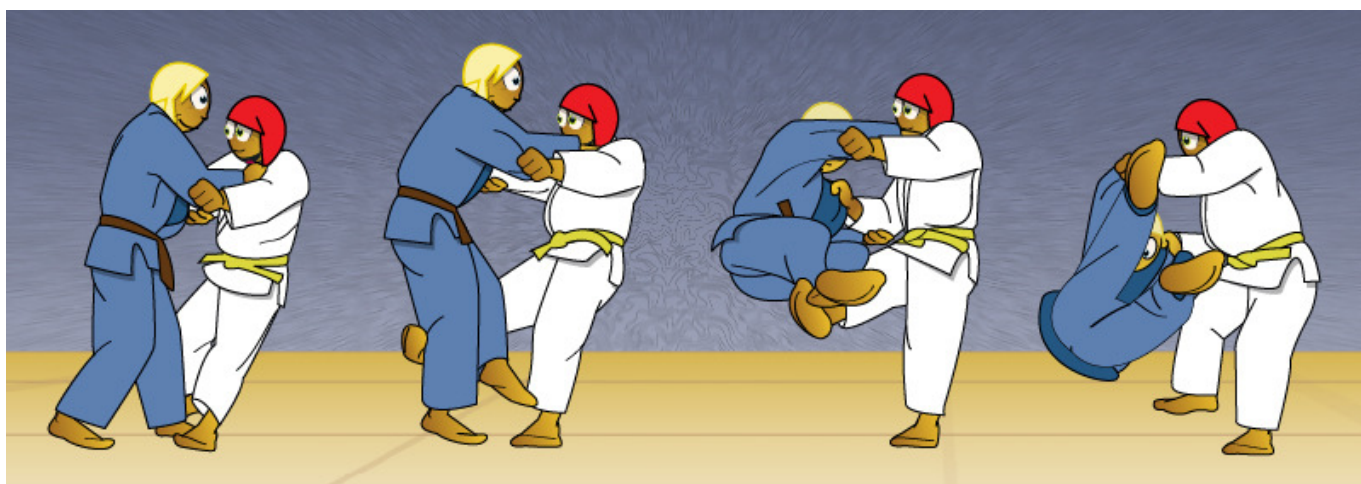


Okuri-ashi-barai

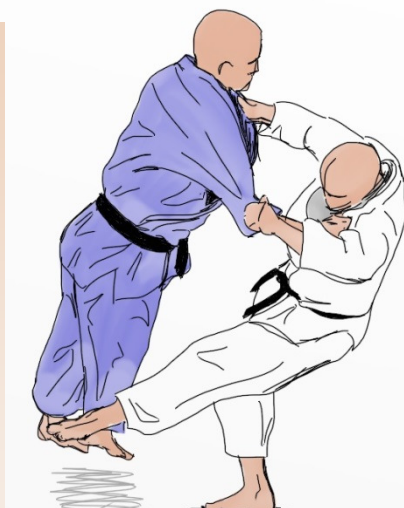
Twee benen wegvegen



Als jouw tegenstander zijwaarts stapt veeg je twee benen weg op het moment dat zij met haar voet aansluit



Hier zie je hem nog een keer vanaf een andere kant



Kijk op onze website en je ziet hem in beweging op **filmpje 113**. www.judoschool-hermanboersma.nl

Nieuws uit Leersum:

Rode slip behaald door; Cas Figge. Mats van Vliet. Brik van Vliet. Reyer van Vliet. Timo Profiltich. Matthieu Groen. Zoë de Bruijn. Benthe. Maarten Stiefelhagen. Sverre Meijer. **Gele slip:** Isis van den Berg.

Nieuws uit Doorn:

Rode slip behaald door: Briek Willems. Daan van der Bijl. Dries Willems. Freek Redelé. Ilan Buitenkamp. Jord Visser. Jorgen Roeten. Julian van Wezel. Maarten Redelé. Pepijn van Workum. Toon van Workum. Victor van Workum. Wiebe van Rijn. **Gele slip:** Freek. Max Sluiter. Hannah Zaal.

JUDOKA VAN DE MAAND



Pepijn: 'Ik wil later testpiloot bij Boeing worden'.

Naam Pepijn Bosvelt.

Leeftijd 12 jaar.

Kleur band/slip Groene band.

Hoe lang zit je op judo Alles meegeteld 4 jaar.

Favoriete schoolvakken Gym & aardrijkskunde.

Mooiste boek Wernher von Braun, 25 Years of Space Exploration. & WO 11 Bommenwerpers & Jachtvliegtigen. (1943).

Mooiste film Nog niet gezien. Maar Saving Private Ryan.

Hobby's Judo, Rugby en Lego.

Wat is je beste judoworp/greep Ashiguruma.

Ik houd van Judo.

Ik heb een hekel aan Pestende kinderen.

Wat vind je het leukste van judo Dat je bijna alles

kunt en mag proberen.

Wat vind je het vervelendste van judo Dat sommige kinderen door de les heen praten.

Wat vind je van Nederland Leuk, groen land.

Wat vind je van de buurt waarin je woont Gezellige mensen.

Waar droom je van Ooit iets revolutionairs uit te vinden.

Wie wonen er bij jullie thuis Michel (mijn vader). Marieke (mijn moeder). Dalton en Lucky (de katten).

Shadow en Goose (de konijnen).

Wat is het leukste van De Balans De verhalen.

Wat wil je later worden Testpiloot bij Boeing.

Wat is je grootste wens Mijn opleiding afmaken op de universiteit.

Ben je gelukkig Ja.

Hoe komt dat Mijn ouders zorgen goed voor mij, ik zit op het vwo etc.



Allemaal geslaagden voor de rode slijp in Doorn

DOJONIEUWS

Algemeen

Tassen met kleren mogen in alle afdelingen in de zaal staan. Het is zelfs aanbevolen om dat te doen want de leraar heeft geen controle op de kleedkamers en neemt geen verantwoordelijkheid voor zoekgeraakte eigendommen. Ook aanbevolen: laat sieraden, horloges enz. thuis.

Doorn

Welkom nieuwe judoka's: Julian van Wezel. Briek Willems. Dries Willems. Jord Visser. Ilan Alli. Jørgen Roeten. Aziz Makrani. Wiebe van Rijn. Max Sluiter. Hannah Zaal. Maarten Redelé. Freek Redelé. Geertje Redelé.

Leersum

Welkom nieuwe judoka's: Lynn Lankhaar. Eran Hana. Linde van Os. Noortje van Os. Timo Profitlich. Zoë de Bruijn. Mats van Vliet. Brik van Vliet. Cas Figge. Maarten Stiefelhagen



Uitslagen september-prijsvraag (Hennie en Klaas).

Sacha Korsman. Mark Elenbaas. Martje Roelants. Marilène Koch. Kris Stevens. Hannah Zaal. Nikki van der Veldt. Levi Brouwers. Bart Verhagen. Jørgen Roeten. Nooa Mosselman.

**Uitslagen prijsvraag oktober.
Mark. Jasper. Stefan.**



Eindelijk weer een toernooi

Net als vorig jaar doen we een toernooi. Ditmaal in Doorn. Het wordt gehouden op 21 november. Opgeven kan tot en met 6 november. Wie nog geen inschrijfformulier heeft kan er een vragen aan meester Herman. Ook op onze website staat het inschrijfformulier:

www.judoschool-hermanboersma.nl

Iedereen die ongeveer drie maanden of langer op judo zit kan hieraan meedoen. Je moet ongeveer 4 of 5 partijen maken. Daarna wordt er gekeken wie de meeste partijen gewonnen heeft wordt dan eerste. Er is óók een 2^e, 3^e en 4^e prijs. Iedereen die meedoet wint een prijs.



Beginnen !

De spelregels:

Je kunt winnen door de tegenstander 20 seconden vast te houden als die op zijn rug ligt of zij. Je krijgt daar 10 punten voor. Maar je kunt óók winnen door de tegenstander te laten vallen. Als je dat heel mooi doet krijg je daar óók 10 punten voor. Per partij kan je niet meer dan 10 punten behalen. Dat noemt men ippon. Als het iets minder goed lukt krijg je 7 of 5 punten. Als je een houdgreep hebt maar je tegenstander komt eruit tussen de 15 en 20 seconden is het 7 punten en als je tegenstander er tussen de 10 en de 15 seconden uitkomt krijg je 5 punten.

Een partij duurt 2 minuten tenzij er een ippon is gescoord. De scheidsrechter gebruikt Japanse woorden.

Dit zijn er een paar:

De judobond heeft alle spelregels op een rij gezet: Kijk filmpje 106 van onze website:

www.judoschool-hermanboersma.nl

Ha-jimé.....begin.

Maté.....even stoppen.

Osae-komi.....houdgreep (als de scheidsrechter dat roept moet je dus niet loslaten!).

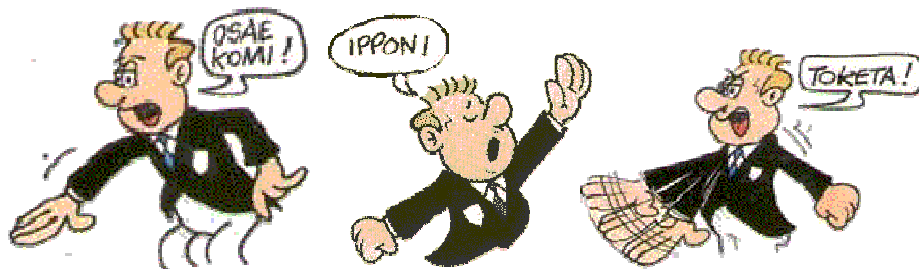
Toketa.....houdgreep verbroken.

Ippon.....10 punten.

Waza-ari.....7 punten.

Yugo.....5 punten.

Sore-madé...einde wedstrijd.



Houdgreep !

10 punten !

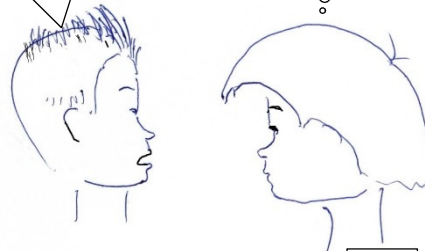
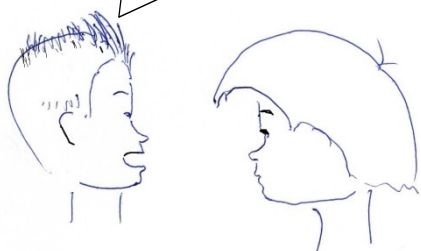
Houdgreep verbroken !

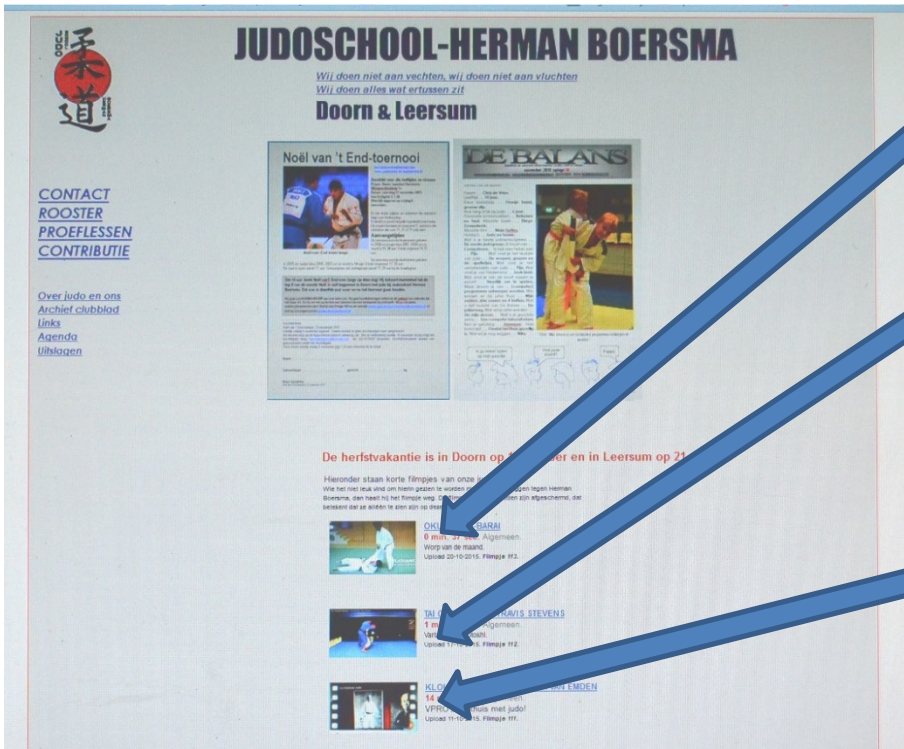
Ken jij die mop van die mummie ?

Is ie ingewikkeld ?

Je wist hem al !

?





De **worp van de maand**, Okuri-ashi-barai staat op onze website in **filmpje 113**: www.judoschool-hermanboersma.nl

Meester Michel had een filmpje gespot met een variatie van Tai-otoshi, kijk naar **filmpje 112** op onze website: www.judoschool-hermanboersma.nl

Tip van juf Anneloes: VPRO's Klokhuis met judo! Misschien heb je het al gezien. Kijk anders op **filmpje 111** op onze website: www.judoschool-hermanboersma.nl

www.judoschool-hermanboersma.nl



FOTO VAN DE MAAND

Nathan, Isis, Nikki, Cathelijne, Nino, Thijs, Dennis oefenen 1^e heupworp

Judoles aan... jouw klas !

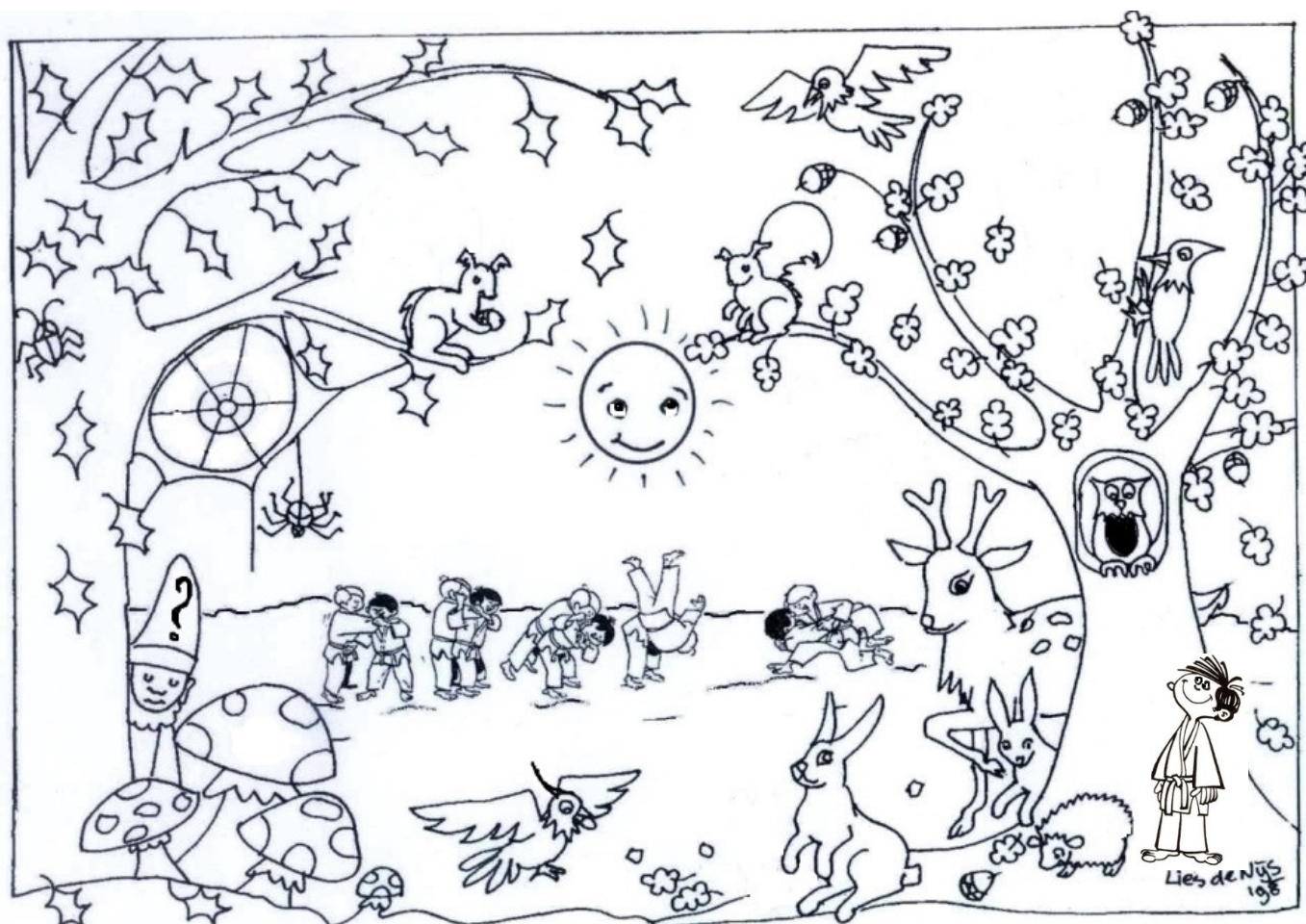
Wat is er nou leuker dan een judoles door meester Herman aan jouw klas ! Bovendien speel jij dan de hoofdrol want je mag dan judotechnieken laten zien die je geleerd hebt.

Vraag jouw juf / meester of het mag dan gaat meester Herman afspreken wanneer en hoe laat. Of vraag of jouw juf / meester wil mailen naar: hermanboersma@hotmail.com



Doe mee aan de prijsvraag van de maand want er zijn weer machtig mooie prijzen te winnen

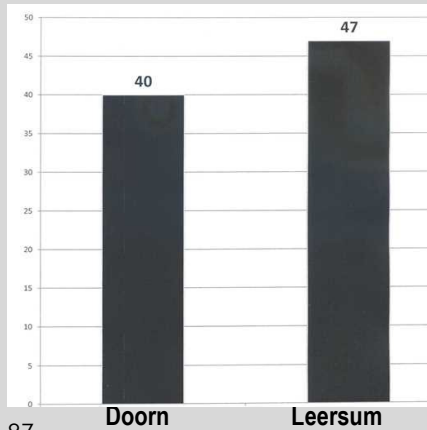
PRIJSVRAAG VAN DE MAAND: ZOEK DE VERSCHILLEN



Zet een kruisje bij de verschillen, knip (scheur) het geheel uit en geef het aan meester Herman. Er worden 10 prijswinnaars uitgeloot. **Naam:**

In de peiling

Ledenaantallen. Peildatum: 22-10-2015



Totaal 87

Even Noteren:

Op onze website staan alle data van vakanties en activiteiten, kijk in de agenda van www.judoschool-hermanboersma.nl

Op 21 november is het Noël van 't End-toernooi. Uiterlijk 6 november opgeven. Kijk op onze website;

www.judoschool-hermanboersma.nl

De kerstvakantie : Doorn: 21 en 28 december.

De kerstvakantie: Leersum; 23 en 30 december.

Examens Doorn: 18 januari. Examens Leersum: 20 januari



Bij Container Oost krijgen authentieke industriële erfstukken een tweede leven

www.containeroost.nl



CinPassion

Praktijk voor welzijn, ontspanning, bewustwording en balans cindy@cinpassion.nl www.cinpassion.nl
06-20544537