

DE BALANS

Maandblad van Judoschool Herman Boersma. Locaties: Doorn en Leersum

Januari 2015 oplage 94

hermanboersma@hotmail.com www.judoschool-hermanboersma.nl 033-4729247



Beste wensen van
meester Herman

**Allemaal bedankt voor
de kaarten en
nieuwjaarswensen.**

Om iets terug te doen heb ik in de nacht van oud naar nieuw een schilderij / nieuwjaarskaart gemaakt. De nieuwjaars commissie vond het goed om hem als voorpagina van De Balans te doen.

Ik wilde een schilderij met sneeuw. Toen het schilderij klaar was zag ik dat het een golf met schuim was.

Ik heb het nageschilderd van een werkstuk van de Japanse kunstenaar Katsushika Hokusai (1760 – 1849). Google naar Hokusai (afbeeldingen) en je ziet onder andere dit beroemde werk van hemzelf.



Naam **Kees van Zwetselaar.**
Leeftijd **11 jaar.**
Kleur band/slip **Gele band**

bruine slip.

Hoe lang zit je op judo **3 jaar.**

Favoriete schoolvakken **Gym, geschiedenis.**

Mooiste boek **Vuur over de stad.**

Mooiste film **Nova Zembla.**

Hobby's **Fietsen door het bos.**

Wat is je beste judoworp/greep **Links om de nek.**

Ik houd van **Friet.**

Ik heb een hekel aan **Pesten.**

Wat vind je het leukste van judo **Winnen.**

Wat vind je het vervelendste van judo **Verliezen.**

Wat vind je van Nederland **Mooi land.**

Kees van Zwetselaar: 'Mijn beste worp is links om de nek'

Wat vind je van de buurt waarin je woont **Leuk.**

Waar droom je van **Om in Zwitserland te wonen.**

Wie wonen er bij jullie thuis **Papa, mama, m'n zus Marlinde en de hond Noortje.**

Wat is het leukste van De Balans **Erin staan.**

Wat wil je later worden **Weet ik nog niet.**

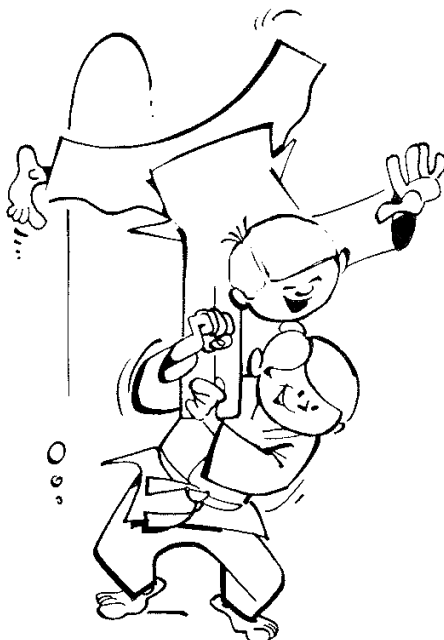
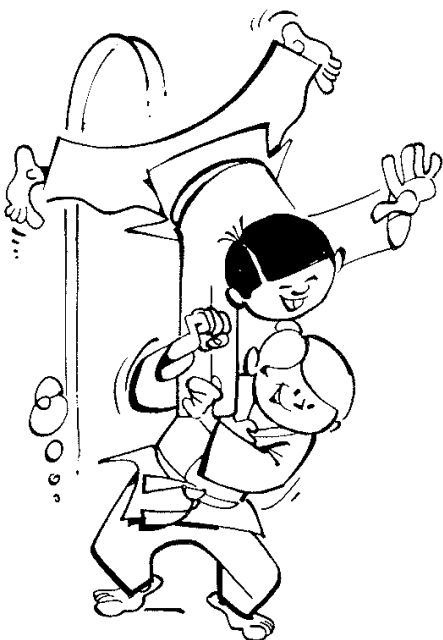
Wat is je grootste wens **Moet nog komen.**

Ben je gelukkig **Ja.**

Hoe komt dat **Ik heb een vader, moeder en zus.**

Judo is fantastisch en meester Herman ook!!!

Wat wil je nog zeggen



Zoek zo veel mogelijk verschillen. Zet er een kruisje bij. Knip het uit. Geef het aan meester Herman. Er worden 10 prijswinnaars uitgeloot.

Eindelijk weer een toernooi

Net als vorig jaar doen we een toernooi in Leersum, het is op 14 februari. Wie nog geen inschrijfformulier heeft kan er een vragen aan meester Herman, ook op onze website staat het inschrijfformulier:

www.judoschool-hermanboersma.nl (agenda). 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 het meeste partijen gewonnen heeft. Die wordt dan eerste. De op één na beste wordt tweede en de op twee na beste wint de derde prijs. Iedereen die meedoet krijgt een aandenken. Je kunt winnen door de tegenstander 20 seconden vast te houden als die op zijn rug (of zij) ligt. 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. Een partij duurt 2 minuten tenzij er een ippon is gescoord. De scheidsrechter gebruikt japanse woorden. Dit zijn er een paar:



Beginnen

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



Kris tweede

Uitslag kleurwedstrijd

Sophie Boswinkel werd eerste. Kris Stevens werd tweede.

Welkom nieuwe judoka's: Pepijn Weters. Daniël van den Boogaard. Jasper. Cathelijne Bottema. Martin Kesler. Nick Melieste. Casper.



Groeten uit
Steinheim





Uitslag december-prijsvraag: Sacha Korsman. Lynn Oudejans. Owen Stevens (8 verschillen). Isa Oudejans. Mark Elenbaas.

Owen Stevens (bovenop) had alle 8 de verschillen.

Winterexamens 2015

Doorn 19 januari. Leersum 21 januari.

Iedereen doet examen op zijn/haar eigen lesdag en tijd. Opgeven hoeft niet.

Veel gestelde vragen van degenen die voor de eerste keer examen gaan doen: Wat moet je kunnen? Voor het eerste examen moet je de voorwaartse rol de achterwaartse rol en de zijwaartse val kunnen. Verder moet je een judoworp kunnen en een houdgreep.

Wat zijn de kosten? Voor het behalen van een slip € 1,-. Voor het behalen van een band € 5,- (inclusief diploma). Wie liever een dikke band wil € 7,50. S.v.p. na afloop van het examen betalen. Alléén de behalers van een band krijgen een diploma. De diploma's wordt gegeven in de eerst volgende les na het examen.

Ouders en andere belangstellenden zijn van harte welkom tijdens de examens.

Kun je zakken? De leraar laat alléén iemand examen doen als hij/zij eraan toe is. Bij beginners is de kans op zakken heel klein.

Nog één vraag: als je niet bij het examen kan zijn, bijvoorbeeld door ziekte, mag je dan de week erna examen doen? Het antwoord is ja, (wel even overleggen met de leraar).

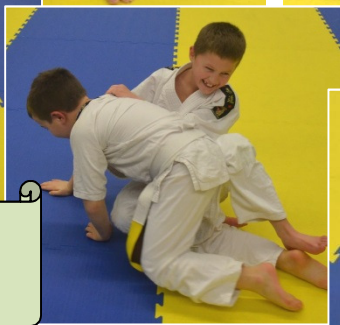


JUDOKA VAN DE MAAND



Sem Punt: *'Mijn grote wens is een halfpipe in huis'*

Naam **Sem Punt**. Leeftijd **10**. Kleur band/slip **Gele band bruine slip**. Hoe lang zit je op judo **4 jaar**. Favoriete schoolvakken **Taal en rekenen**. Mooiste boek **Harry Potter**. Mooiste film **Maleficent**. Hobby's **Turnen en natuurlijk judo en bmxen**. Ik houd van **Een verrassing**. Ik heb een hekel aan **Huiswerk maken**. Wat vind je het leukste van judo **Warming up**. Wat vind je het vervelendste van judo **Houdgrepen**. Wat vind je van Nederland **Klein**. Wat vind je van de buurt waarin je woont **Mooi**. Waar droom je van **Een professionele Bmxer te worden**. Wie wonen er bij jullie thuis **Mijn vader, moeder, broertje, zusje en zus**. Wat is het leukste van De Balans **Prijsvraag**. Wat wil je later worden **Judoka, pianist of bmxer**. Wat is je grootste wens **Een halfpipe in mijn huis**. Ben je gelukkig **Ja**. Hoe komt dat **Alles gaat goed**. Wat wil je nog zeggen **Judo is een mooie sport omdat ik mijn energie erin kwijt kan**.



Groeten uit Leersum



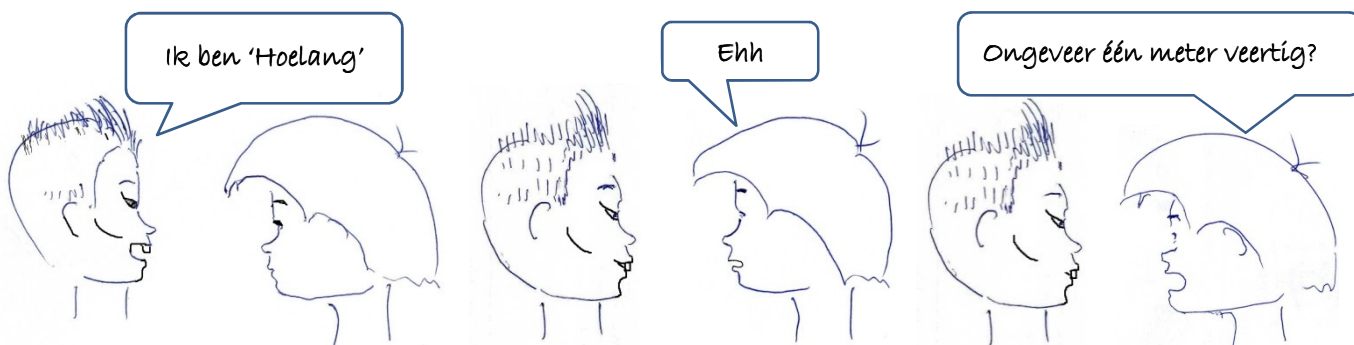
GROEP VAN E MAAND



Vanaf links: Iris Bor. Mika Krop. Daisy de Vries. Isa Oudejans. Levi Brouwers. Sacha Korsman. Lloyd Meijer. Piet (1). Martin Kesler. Aron Quartel. Liggend vanaf links: Piet (2). Nick Melieste.

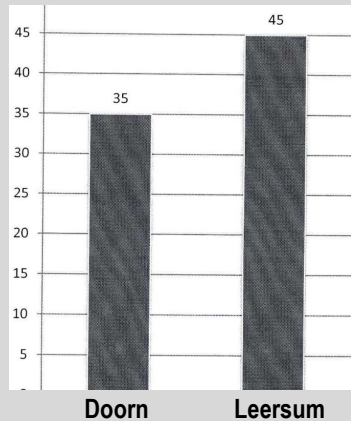


Reactie van de maand: Op de foto's zie je Stefan die bezig is de stok los te trekken bij Olivia. Hij kon natuurlijk Kris niet zien. Kris liep daar toevallig. Hij kreeg bijna de stok in z'n oog. Door Kris z'n snelle reactie liep dit miniavontuur tóch nog goed af.



In de peiling

Leden aantallen: Peildatum: 28-12-2014



Totaal 80

Even Noteren:

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

Wij houden op zaterdag 14 februari het SCOVLEDOZERE-toernooi in Leersum. Meer hierover op onze website en in deze uitgave van De Balans.

De winter-examens zijn in Doorn op 19 januari en in Leersum op 21 januari

De Kostuumkamer
www.DeKostuumkamer.nl

Meriam Heijer

Leersum
T. 06 17 30 62 97
E. info@dekostuumkamer.nl
I. www.dekostuumkamer.nl

De Kostuumkamer is de webshop voor:

- Sinterklaas - Zwarte Piet - Kerstman/vrouw accessoires, kleding, pruiken en grime
- Verkleedkleding in alle soorten en maten
- Hoofddekels, maskers en pruiken
- Grime voor diverse doeleinden, ook voor Lotus slachtofferfiguratie

De Kostuumkamer is een webwinkel met de mogelijkheid voor bezoek op afspraak aan huis. Zoekt u iets wat niet in de webshop staat, laat het dan weten zodat wij de mogelijkheden kunnen nagaan.

www.DeKostuumkamer.nl



CinPassion

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



Bij Container Oost krijgen authentieke industriële erfstukken een tweede leven

De werkplaats en winkel van Container Oost is gevestigd aan de Nijkerkerstraat 35 B in het pand van zwaartafelen. De oude fabriekslampen en filmspots passen perfect bij de robuuste tafels die hier worden gemaakt en aangeboden.

Meer informatie is te vinden op www.containeroost.nl