

# DE BALANS

Maandblad van Judo school Herman Boersma. Locaties: Doorn en Leersum

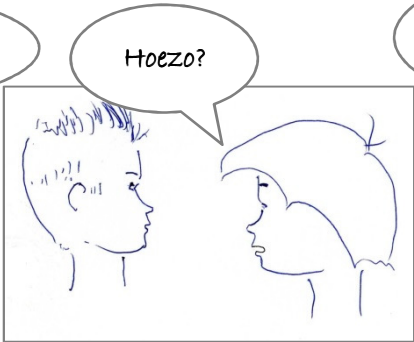
**Juni 2014** oplage 114. Dit is de laatste editie van dit seizoen.

[hermanboersma@hotmail.com](mailto:hermanboersma@hotmail.com) [www.judo school-hermanboersma.nl](http://www.judo school-hermanboersma.nl) 033-4729247

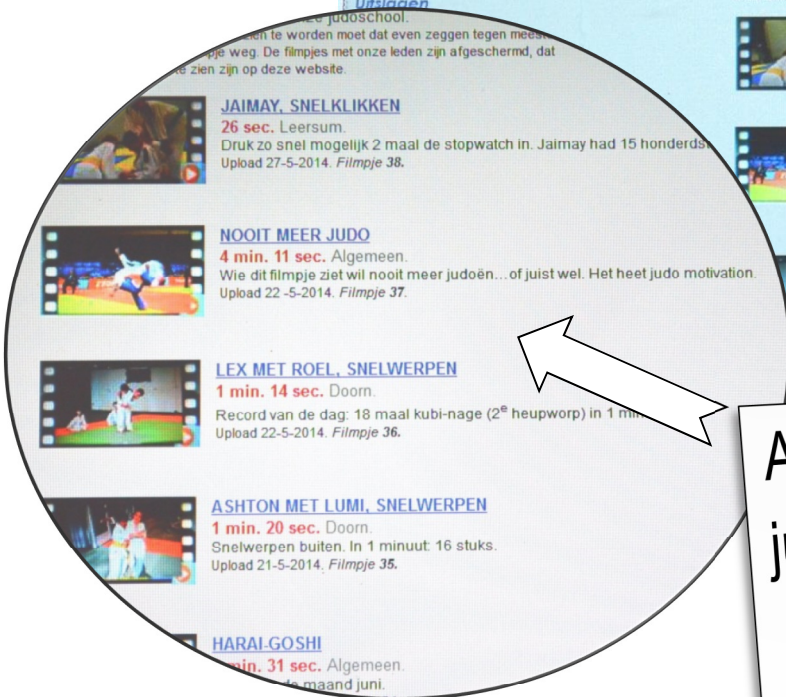


Foto van de maand: snelwerpen door Mark en Kees





Er zijn weer leuke filmpjes te zien op onze website:  
[www.judoschool-hermanboersma.nl](http://www.judoschool-hermanboersma.nl)



[www.judoschool-hermanboersma.nl](http://www.judoschool-hermanboersma.nl)



## PRIJSVRAAG VAN DE MAAND (de laatste van dit seizoen)



De laatste prijsvraag van dit seizoen is extra moeilijk: zoek de 15 verschillen! Iedereen die alle verschillen heeft gevonden wint een prijs. Beloofd is beloofd. Zet een kruisje of zoiets bij de verschillen en lever het in bij meester Herman.



Er zijn natuurlijk weer machtig mooie prijzen te winnen.



# Zomereexamens 2014



Doorn 30 juni. Leersum 2 juli.

Iedereen doet examen op zijn/haar eigen lestijd en dag. 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 slijp 1 euro, voor het behalen van een band € 5,-(inclusief diploma). Een dikke band kost € 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 er na examen doen? Het antwoord is ja, (wel even overleggen met de leraar).

## GROEP VAN DE MAAND



Vanaf linksboven: Guus Dorrestijn. Casper van Zonneveld. Tristan van Kleunen. Jasper Smitz. Chris Lohman. Casper Kok. Vanaf linksonder: Nina Veenhof. Timo van Rossen. Rombert ten Holter. Lars Wink. Nils Wink. Thomas Lazarom. Quinten Kamphuis.

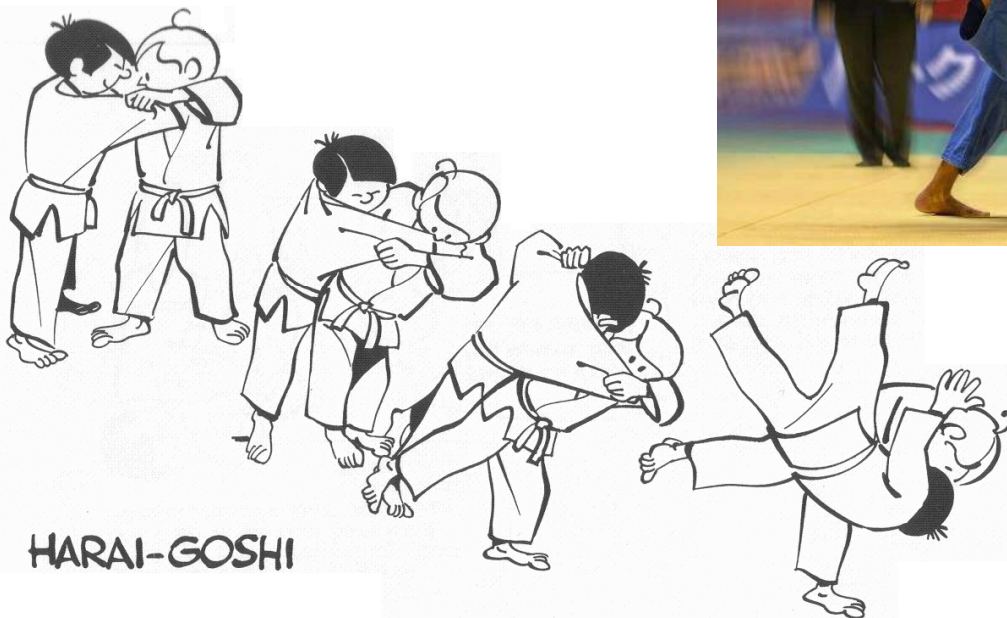
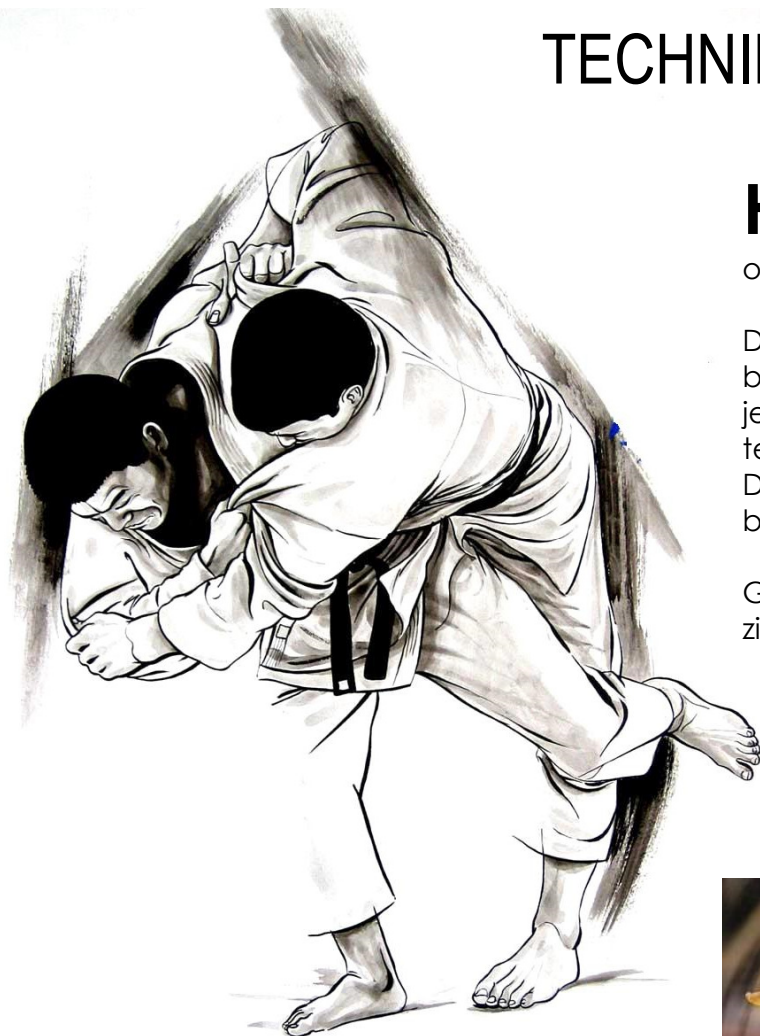


# TECHNIEK VAN DE MAAND

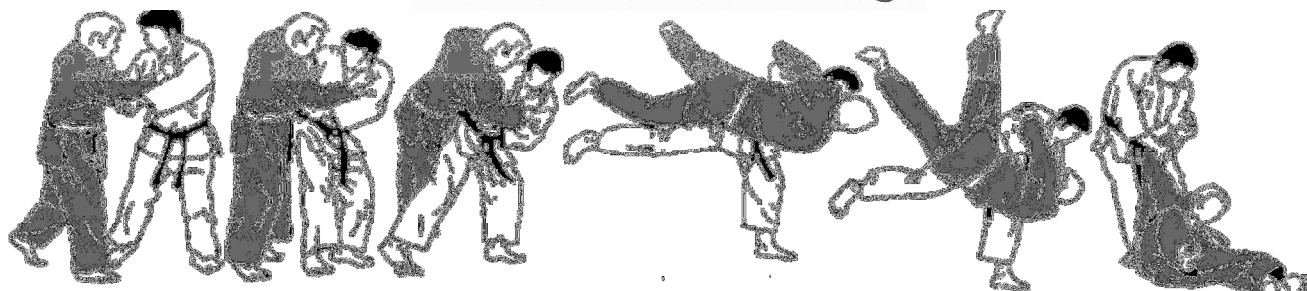
## Harai-Goshi (been opzwaaien met je heup ervoor).

Deze worp lukt goed als je langer bent dan je tegenstander. Terwijl je jezelf omdraait trek je de tegenstander strak tegen je aan. Daarna is het een kwestie van je been opzwaaien.

Google maar naar harai-goshi, dan zie je nog veel meer over deze worp.



HARAI-GOSHI



# Spreekbeurt

Jeffrey had een spreekbeurt over judo gehouden. Hij had de spreekbeurtkoffer geleend en vond dat zijn spreekbeurt heel goed ging. Hij kreeg van meester Herman een prijs uit de prijzenzak want meester Herman vind het leuk als iemand een spreekbeurt over judo houdt.



Jeffrey Meerdink

## JUDOKA VAN DE MAAND



Tristan van Kleunen

Naam .... **Tristan**. Leeftijd  
.... **11 jaar**. Kleur band/slip  
.... **Gele band blauwe slip**.  
Hoe lang zit je op judo .... **4  
jaar**. Favoriete  
schoolvakken .... **Spelling  
en crea**. Mooiste boek  
.... **Mees Kees op de kast**.  
Mooiste film .... **Ice age 4**.  
Hobby's .... **Tekenen**. Wat  
is je beste judoworp/greep



Tristan van Kleunen: 'wat vind je van  
Nederland?... 'Ligt eraan waar'

.... **De 6<sup>e</sup> houdgreep**. Ik houd van .... **Leg****o**. Ik  
heb een hekel aan .... **Oorlog**. Wat vind je  
het leukste van judo .... **De warming up**. Wat  
vind je het vervelendste van judo .... **Een  
partijtje tachi-waza**. Wat vind je van Nederland .... **Ligt eraan waar**. Wat vind je van  
de buurt waarin je woont .... **Het is oke**. Wie wonen er bij jullie thuis .... **Mijn moeder,  
papa, zusje en mijn kat**. Wat is het leukste van De Balans .... **De prijsvraag**. Wat wil je  
later worden .... **Buschauffeur of boer**. Wat is je grootste wens .... **Gelukkig blijven**.  
Ben je gelukkig .... **Ja**. Hoe komt dat .... **Omdat ik leuke ouders heb en goeie  
vrienden**.

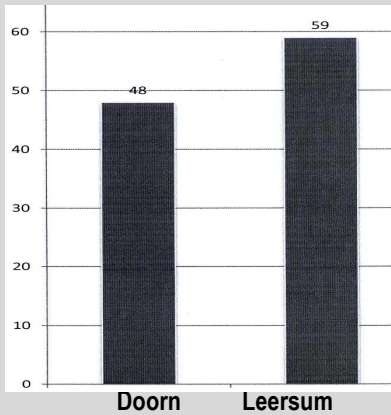


Zomaar wat foto's vanuit Leersum



## In de peiling

Leden aantallen: Peildatum: 30-5-2014



Totaal 107

## Even Noteren:

Zomer-examens Doorn: 30 juni  
Zomer-examens Leersum: 2 juli

### Uitslag mei prijsvraag:

'Zoek de 9 verschillen of waren het er 10?' (het waren er 11).

Milan Verberne. Jeffrey Meerdink. Marit Landwaart. Arjan Luijendijk. Thijs Dunsbergen. Bram Luijendijk. Djoryo te Beest. Sacha Meurs? Ilona Achterberg. Mark Elenbaas. Leonard Petit. Sem van Doorn.

Bekijk de agenda van [www.judoschool-hermanboersma.nl](http://www.judoschool-hermanboersma.nl) voor alle informatie over activiteiten en data van vakanties. Klik op de beginpagina op **agenda**



# CinPassion

Praktijk voor welzijn, ontspanning, bewustwording en balans [cindy@cinpassion.nl](mailto:cindy@cinpassion.nl) [www.cinpassion.nl](http://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](http://www.containeroost.nl)



## De Kostuumkamer

[www.DeKostuumkamer.nl](http://www.DeKostuumkamer.nl)

*Siriam Reijer*

Bijenlaan 6  
3956 GX Leersum  
T. 06 17 30 62 97  
E. [info@dekostuumkamer.nl](mailto:info@dekostuumkamer.nl)  
I. [www.dekostuumkamer.nl](http://www.dekostuumkamer.nl)

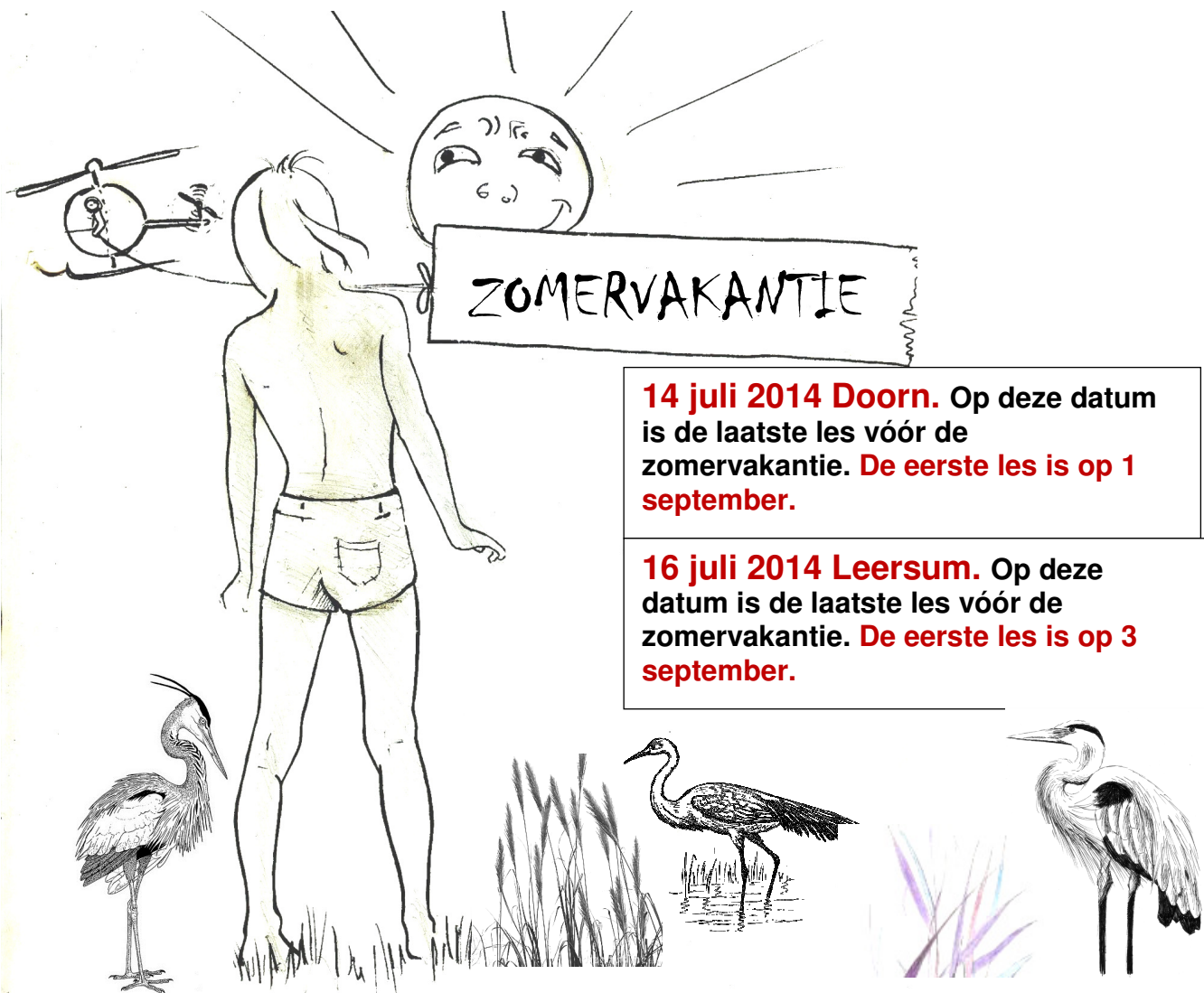
De Kostuumkamer is de webshop voor:

- Sinterklaas - Zwarte Piet - Kerstman/vrouw accessoires, kleding, pruiken en grime
- Verkleedkleding in alle soorten en maten
- Hoofddeksels, 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](http://www.DeKostuumkamer.nl)



**14 juli 2014 Doorn.** Op deze datum is de laatste les vóór de zomervakantie. De eerste les is op 1 september.

**16 juli 2014 Leersum.** Op deze datum is de laatste les vóór de zomervakantie. De eerste les is op 3 september.

## **CinPassion Amersfoort,** voor jouw **welzijn, bewustwording,** **ontspanning & balans**

\*stoel-, \*sport-, \*ontspannings-, \*hotstone-, \*kruidenstempelmassage \*yoga \*coaching (NLP)\*

In Balans  
Herman Boersma – judoleden :

Aanbieding  
Massage 90 minuten 55 euro



Ook CadeauBonnen; "persoonlijk om te geven, verrassend om te krijgen"

Cindy Boersma  
06-20544537

[www.CinPassion.nl](http://www.CinPassion.nl)  
[info@CinPassion.nl](mailto:info@CinPassion.nl)