

DE BALANS

Maandblad van Judoschool Herman Boersma. Locaties: Doorn, Scherpenzeel, Leersum, Overberg, Amersfoort
033-4729247 hermanboersma@hotmail.com **maart 2010 oplage 335** www.judoschool-hermanboersma.nl

UIT DEN OUDEN DOOS: 1948

Kani Basami (vliegende schaar) uitgevoerd door dhr.
W. Boersma. Locatie: sportvelden Rubensstraat Amersfoort.



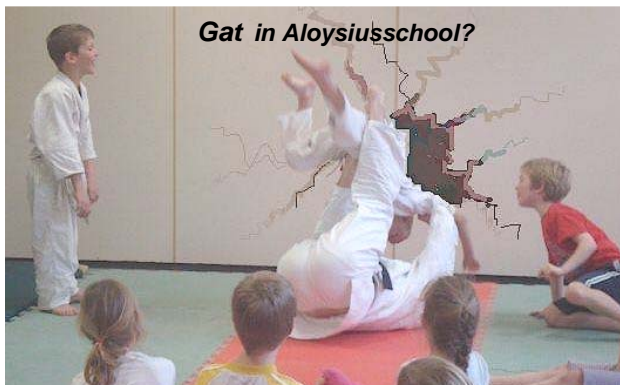
Verder in dit nummer:

- ✓ Oefentoernooi met prijzen
- ✓ Joussef el Hadaddi talent van de maand
- ✓ Einde ijsstijd
- ✓ Aloysiusschool en Bosch en Heide
- ✓ En nog veel meer

Joussef el Hadaddi



Gat in Aloysiusschool?



Judoles op school



Judo in Amersfoort

Door Herman Boersma.

Judo en jujitsu bestaan in Amersfoort al heel lang. Mijn vader begon er mee toen hij 16 was. Dat was in 1938. Hij woonde in De Glind en zijn vriend Jan Dijkstra (links op de grote voorpaginafoto) deed jujitsu en vroeg mijn vader om het óók te gaan doen. Dat heeft hij gedaan en iets meer dan 60 jaar later was hij 8^e Dan judo en 9^e Dan jujitsu. Johan Brandsen zorgt tegenwoordig voor de opvolging met het jujitsu en is bovendien gespecialiseerd in Bu Jitsu Do. Wie daar meer over wil weten: www.bujitsudo.nl info@bujitsu.nl

Het judo wordt tegenwoordig gegeven door bovengetekende in samenwerking met stichting JU SEI DO.



Deze foto is gemaakt tijdens de avondvierdaagse begin jaren 60 op de Rondweg ter hoogte van plantsoen zuid 10 waar vroeger de sportschool was.



Gat in Aloysiusschool?

Nee, de foto was een grapje. Als je goed kijkt zie je dat er gerommeld is met de foto.

Jasper Schroevers en zijn vader hadden aan juf Brigit gevraagd of meester Herman een judolesje mocht geven aan zijn klas. Dat is toen gebeurd. Meester Herman was verbaast dat de kinderen het zo goed deden. Sommigen zaten al op judo. Het was heel leuk. Goed idee Jasper!



Jasper Schroevers



Vanaf linksboven: Edwin Forsten. Juf Mieneke. Nick van Knobelsdorff. Naomi van Knobelsdorff. Jimmy Holtslag. Arjan van Oostenbrugge. Chiel van Wee. Marcel Brons. Erwin Pul. *Vanaf linksmidden.* Elias van Voorst van Beest. Bas Davelaar. Robbin van den Ham. Rens Datema. Thijs Mercy. Fietje van Bruggen. Ryan Renes. Chiel van den Essenburg. *Liggend vanaf links:* Rick de Leeuw en Guo Wagenveld.

Activiteiten

Amersfoort Liendert: op donderdag **25 maart** wordt tijdens ieders eigen lesuur een oefentoernooi gehouden mét prijzen. Wie een puntenkaart heeft mag die meenemen. Dit is een leuke oefening voor een toernooi wat in **april** gehouden wordt in Schothorst. De datum daarvan is nog niet bekend.



GRAPJE VAN DE MAAND



Nog meer activiteiten

Juf Mieneke organiseert in Scherpenzeel een toernooi voor de judoka's uit Scherpenzeel, Overberg, Leerum en Doorn. In tegenstelling tot een eerder bericht wordt dit gehouden op **zaterdag 10 april** in De Breehoek.

JU SEI DO houdt voor het eerst een eigen toernooi voor alle judoleden. Plaats van handeling: Sportzaal Rustenburg in Amersfoort. De Datum: waarschijnlijk **zaterdag 26 juni**. Organisator Simon Wijnberg denkt dat het nog wel eens heel leuk kan gaan worden. Er is bijvoorbeeld met Albert Wanner afgesproken dat hij een spectaculaire demonstratie zal organiseren. Iedereen krijgt tijdig alle nodige informatie.



FOTO VAN DE MAAND



Afsluitmeester Tavit Ruts is na zijn keiharde training bezig om de Scherpenzeelse 'Van Bruggenkarren' op slot te doen

Vriendjes/vriendinnetjes-les



De vriendjes en vriendinnetjes-les was overal heel leuk maar in Doorn waren er heel veel. Prima, hoe meer vriendjes/vriendinnetjes hoe beter. Op de foto staan vanaf links: Sam Boesjes, Benjamin Smit, Bas Custers, Lisa Langelaar en Tristan van Kleunen.

Oefentoernooi met prijzen



Amersfoort vrijdag
5 februari



Het was eigenlijk net zo spannend als een echt toernooi omdat er prijzen te winnen waren. De prijsuitreiking was óók spannend want ze mochten niet van de wiebelkussens (erepodium) vallen anders moesten ze hun prijs inleveren. Niemand viel. 1^e werd Tobias Bodewitz. 2^e Pepijn Bosveld. 3^e Tigo van den Herik. 4^e Sem de Bree. 4^e Saar Mulder. In de andere poule werd 1^e Kaato Lambrechts. 2^e Eva Pranger. 3^e Sanne van Dijk. 4^e Hugo Hoogendorp. 4^e Rik Volkers.

TECHNIEK VAN DE MAAND

Kuchiki-Daoshi



Deze techniek wordt vaak gebruikt in wedstrijden. Men pakt met de linkerhand bij het rechterbeen en haalt dat naar zich toe. De rechterhand moet bovenaan duwen. Het is dus een duw-trek beweging. Daarbij dient men zich voorwaarts te bewegen. Het is niet toegestaan om aan de pantalon vast te pakken. U dient dus met de hand het been te omvatten.

TALENT VAN DE MAAND



*Joussef el Hadaddi is een talent.
Hij werd o.a. 1^e in Wijk bij Duurstede*

GASTLES VAN DE MAAND

Gastles Bosch en Heide

Mieneke van Bruggen en Herman Boersma gaven een gastles in Bilthoven in de groep van Gerwout Lamberink. Op de foto zie je Gerwout die een O-Goshi krijgt van juf Mieneke. Bijna iedereen vond Het leuk en de tijd vloog om. Het idee was van Gerwout en daar zijn we blij mee want we willen de hele wereld laten kennismaken met de judo.



Gerwout en juf Mieneke

De ijstijd is voorbij

Door Herman Boersma.

In de voorjaarsvakantie eindelijk weer hardgelopen in Den Treek. Eindelijk geen sneeuw en ijs meer op mijn pad. Eindelijk naar het punt waar we vorig jaar de schat opgegraven hebben. Het lijkt me leuk om dit jaar weer iets te doen met een aantal judoka's in het bos. Conditietraining bij voorbeeld. Ik heb onderweg helaas geen geheime kaarten meer gevonden met begraven schatten. Wie heeft een nieuw idee?



Jesse van de Meent pakt de schat uit

PARTIJ VAN DE MAAND (Amersfoort)

Melvin Hoogerwerf-Levi Sterenberg

Deze partij begon zó hevig dat de scheidsrechter Shane bijna omver werd gejudood. Levi pakt met zijn linkerhand steeds bij de band. Dat was lastig voor Melvin maar hij kwam meestal goed weg. Het was misschien een beetje wild. Dat gaat ten koste van de techniek maar deze jongens zijn bepaald geen zacht gekookte eitjes. Gefeliciteerd met jullie posters. De scheidsrechter was Shane Spanjaard.

De andere gespeelde partijen

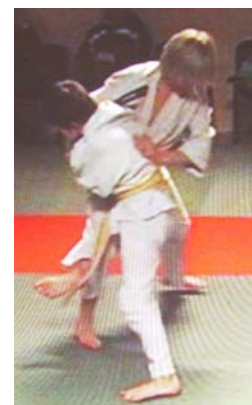
speler a	speler b	scheidsrechter
Laurens Meerveld	Luc de Graaf	Meester Diek
Mark Soetendaal	Hugo van Maanen	Jos Verdam
Joost den Hartog	Kelsey Korsman	Gijsbert van de Waerdt
Gerwout Lamberink	Wendy Meerveld	Kelsey Korsman
Lukas van den Dijssel	Max Echtberts	Ruben Oort
Ben ik nog iemand vergeten te noteren?		



Levi Sterenberg



Melvin Hoogerwerf



DOJONIEUWS

Doorn Welkom nieuwe judoka's: Tristan van Kleunen. Lisa Langelaar. Nick Weijers. Lars Weijers. Coen Stam (broertje van Simon). **Scherpenzeel** Welkom nieuwe judoka's: Boas Goedejohan. Stef Oostindiën. Adrie van Bruggen heeft een 7+ behaald voor zijn spreekbeurt over judo en dhr W. Boersma. **Leersum** Welkom nieuwe judoka's: Nick van Veldhuizen had een 8 voor zijn spreekbeurt. **Amersfoort** Op verzoek van Achmea verzoek ik iedereen de sleutel niet te vergeten. Er wordt verbouwd. De kleedkamers en de judozaal zijn prima maar alles wat daartussenin zit ligt nog overhoop. Ik verzoek de judoka's om slippers of schoenen aan te doen van de kleedkamer naar de judozaal.

Welkom nieuwe judoka's: Bart Veldhuijsen. Krishen Rakhan. In de decemberbalans stond de naam van Amira Ruizendaal verkeerd geschreven, er stond Almika in plaats van Amira.



7+ voor Adrie van Bruggen



Een 8 voor Nick van Veldhuizen

PARTIJ VAN DE MAAND (Leersum)

Gijs had een hele mooie actie toen hij Sander overnam met de terughaak. Sander viel veel aan met schouderworp, elke keer dat het een beetje lukte ging hij meteen door naar een houdgreep. Gelfeliciteerd met jullie posters. De scheidsrechter was Mark van Leeuwen.



Gijs Lappenschaar



Sander Dietz



JAPANESE LES

Dojo = judozaal
Hikiwake (spreek uit als hikiwakkee) = gelijk spel
Tatami = mat
Judogi = judopak

Over 'JU SEI DO'



JU



SEI



DO

JU = souplesse

SEI = de cirkel van harmonie

DO = de weg



Door Herman Boersma.

Het embleem van JU SEI DO lijkt met een beetje fantasie op een vogel. Inderdaad, het stelt een kraanvogel voor. In China en Japan staat de kraanvogel symbool voor een lang leven, hoop, geluk en tevredenheid.

Stichting JU SEI DO is een autonome organisatie die samenwerkt met o.a. onze judoschool. JU SEI DO zorgt momenteel voor de wedstrijdtrainingen, de wedstrijdorganisatie en de wedstrijdmentoring. Dankzij sponsoring, subsidie en donaties kan JU SEI DO de zaalhuur en enkele andere onkosten betalen. JU SEI DO bestaat sinds 1-april 2009 en begint langzaam vorm te krijgen. Het draait volledig op de inzet van vrijwilligers die er geen geld voor krijgen. Dat er soms wel eens wat mis gaat komt doordat er gewerkt wordt. Ik weet dat er óók gewerkt wordt om fouten niet te herhalen. Deelnemers aan wedstrijden kunnen helpen fouten te voorkomen door zich op tijd in te schrijven en bij verhindering af te zeggen.

Leden van Judoschool Herman Boersma mogen dit seizoen en ik hoop óók in de toekomst gratis profiteren van de trainingen van JU SEI DO. Meer info over JU SEI DO staat op de pagina hiernaast.



Lex Hazebroek

Lex Hazebroek bruine band

Lex deed zoals we van hem gewend zijn een virtuoos examen voor bruine band. Zijn specialiteit is een Hidari Sukui-Nage. Hij is royaal geslaagd.

Avondvierdaagse in Leersum?



Er gaan geruchten dat we met judo meedoen met de avondvierdaagse in Leersum. Het is niet zeker want de judoschool heeft daar nog nooit meegelopen. Leersumse judoka's, laat weten of het je wat lijkt. Als we het doen lopen we de laatste avond in ons judopak.

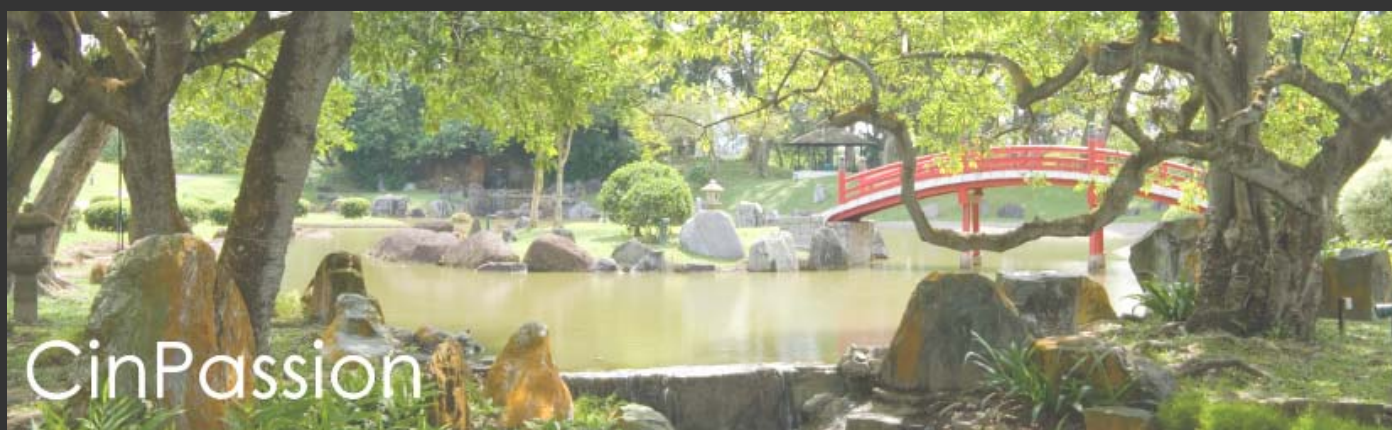
Hier kan een advertentie van uw bedrijf komen te staan.
Uw bijdrage gaat rechtstreeks naar stichting JU-SEI-DO.

hermanboersma@hotmail.com 033-4729247



JU SEI DO is een ideologische instelling die zich ten doel stelt het nobele judo te bevorderen door trainingen en andere activiteiten te organiseren voor:
judoschool-hermanboersma.nl judoschoolwanner.nl judoschoolmidden.nl

De judotrainingen worden gehouden in bij Achmea, Lageweg 16 te Amersfoort.
De 7, 8 en 9 jarigen judoën wekelijks op maandagen van 18 tot 19 uur. Judoka's vanaf 10 jaar trainen van 19 tot 20 uur. Wie informatie wil over de trainingen kan terecht bij Simon Wijnberg: juseido@gmail.com of bij Herman Boersma.



Practijk voor welzijn, ontspanning, bewustwording en balans cindy@cinpassion.nl www.cinpassion.nl
Nijverheidsweg 130-9. 3812 PN Amersfoort. 06-20544537



Van
Bruggen

Las- en Hekwerken

Oosteinde 43
3925 LA Scherpenzeel
Tel/fax: 033 - 277 2118
GSM: 06 - 2853 5608
E-mail: info@jcvanbruggen.nl



CinPassion Amersfoort,

voor jouw **welzijn, bewustwording,
ontspanning & balans**

* stoelmassage * sportmassage * ontspanningsmassage * hotstonemassage
* kruidenstempelmassage * reiki * yoga * pilates * meditatie * coaching*

In Balans

Herman Boersma –judoleden:



Elk gezin met minimaal één judolid krijgt 10 % korting op alle behandelingen, cursussen en CadeauBonnen

CadeauBon *"Persoonlijk om te geven,
verrassend om te krijgen"*

Cindy Boersma
06-205 445 37

www.cinpassion.nl
info@cinpassion.nl

Nijverheidsweg N 130-9
3812 PN Amersfoort