

DE BALANS

Maandblad van Judoschool Herman Boersma. Locaties: Doorn, Scherpenzeel, Leersum, Overberg, Amersfoort
033-4729247 hermanboersma@hotmail.com april 2010 oplage 341 www.judoschool-hermanboersma.nl

Kan dat beter?



Prijsvraag: Je ziet dat er heel goed wordt opgelet maar...wat kan beter? Schrijf het op en geef het aan jouw leraar en maak kans op het judoëlandje.

Metamorfose



JU SEI DO: succes in Spijkenisse



'Uit den ouden doos': Doorn in 1970 in het kerkje in de Kerklaan

Verder in dit nummer: Nieuwe judoschool in Overberg: 'Midio' / Gastlessen aan de leerlingen van de 'Caeciliaschool' en de 'van der Hoeveschool' / Van vernietiger tot vredestichter / Nog veel meer.



Van vernietiger tot vreedestichter

Door Herman Boersma.

Op deze pagina staat 'metamorfose' centraal. Van agressieveling tot judoka is een metamorfose. Van ongecontroleerde woesteling (altijd ruzie) tot judoka is een metamorfose.

Behalve de wedstrijdresultaten kunt u in dit blad lezen over de rijke achtergrond van het judo. Zo waren er vroeger in Japan de samurai die keihard trainden om te winnen op het slagveld. Zij beoefenden o.a. het jiu-jitsu. Jiu-jitsu is de kunst om ongewapend andere tegenstanders uit te schakelen. Judo is uit het jiu-jitsu ontwikkeld, de gevaarlijke technieken zijn weggelaten en het slagveld heeft plaats gemaakt voor sport. Dat keiharde trainen kan bij judo nog steeds, van letterlijk uitschakelen is

gelukkig geen sprake meer omdat judo een sport is. Zelfbeheersing is volgens mij het hoogst wat te bereiken is met judo. Ik hoop dat de judoscholen - in samenwerking met JU SEI DO - zich als een vlek gaan uitbreiden over de hele regio (en later over de hele wereld) en dat iedereen zal judoën in plaats van oorlog voeren en dat iedereen zich kan uitleven door te judoën en zich al doende leert beheersen - ook buiten het judo - in conflictsituaties en dat niemand meer zin heeft om bevolkingsgroepen en/of religies te discrimineren en dat iedereen zich wat meer gaat inspannen om ruimte te geven aan de identiteit en de cultuur van de medemens want... (ik citeer nu de bedenker van het judo Jigoro Kano Shihan): 'welzijn voor iedereen is het uiteindelijke doel van het judo'.

Metamorfose



Een deel van het meesterwerk: 'Metamorphose' van Maurits Escher (1898-1972)..... Niets blijft. Alles verandert. Alles heeft met alles te maken. Alles ontstaat uit alles. Alles beweegt. Alles wat negatief is kan positief worden. Hij is een winner die een nadeel weet te veranderen in een voordeel.



Deze judoka's hebben geweldig goed geholpen tijdens de gastlessen aan de leerlingen van de van der Hoeveschool. Van links naar rechts: Redouan Lamalam. Jandrickson Manuel. Jousself el Hadaddi en Akash Baldi

In mijn eeuwige zoektocht naar de invloed van het judo op menselijk gedrag had ik tijdens een gastles aan de van der Hoeveschool een piek-ervaring.

De grote positieve impulsen die de leerkrachten op de kinderen afvuurden vond ik indrukwekkend. Sommige kinderen hebben een bijna onbedwingbare drang om zich te ontladen. Met een intensieve begeleiding en veelvuldige beloningen voor positief gedrag kunnen deze kinderen misschien op den duur leren omgaan met hun energie.

Door het 'vecht' karakter van het judo wordt een oerdrang tot ontlading opgeroepen. Kinderen moeten vaak nog leren dat niet altijd alles kan en het leuker is dat je je aan de spelregels houdt zodat het geen ruzie wordt. Men weet het wel maar het is een kunst om het te leren beheersen. Judo kan helpen om dat leerproces op gang te brengen.

Zodra men het gevoel heeft dat men controle heeft over zijn/haar energie en agressie krijgt men zelfvertrouwen en heeft men kans een evenwichtige persoon te worden in deze woelige wereld.

Compliment voor de leerkrachten en de judoka's die ervoor gezorgd hebben dat de gastles een succes werd.

DOJONIEUWS

Doorn: Welkom nieuwe judoka's: Frank van de Pavert, Valérie Giesberts, Thomas Giesberts, Lars van Burgsteden, Daan Cormont (weer terug). **Scherpenzeel:** Adrie van Bruggen heeft 220 centimeter ver gedoken. Welkom nieuwe judoka's: Bjorn Verhage, Tess Verhage, Edward van de Kieft, Jeffrey Oudenaarden. **Leersum:** Welkom nieuwe judoka's: Sem van Doorn, Kevin Kesler, Nathalie Zwart, Lisa Zwart. **Amersfoort:** Welkom nieuwe judoka's: Valentijn Jonkers, Manuel Jandrickson, Eline Lander. Verduiken: Yendor Lambrechts, Lex Hazebroek en Jurriaan Zwart doken 183 centimeters!

PARTIJ VAN DE MAAND (Scherpenzeel woensdag)

Deze werd gespeeld door: Kelvin Schipper en Marit van de Vendel.

Als scheidsrechter trad op: Karlijn van Arkel. Bijde judoka's hadden er veel zin in en lieten veel technieken zien. Helaas kwam Marit in de houdgreep van Kelvin terecht en kwam daar niet op tijd uit waardoor Kelvin de partij won. Alle drie de judoka's trainen op de woensdag in Scherpenzeel bij juf Mieneke en meester Thom.



1^e houdgreep



Marit van de Vendel



Kelvin Schipper



scheids: Karlein van Arkel

PARTIJ VAN DE MAAND (Scherpenzeel dinsdag)



Robert Brandemann



Joost Griffioen



scheids: Fietje van Bruggen

Leuke partij. Joost wachtte heel goed op het juiste moment om een aanval te doen. Robert deed met rechts o-soto-gari en hij probeerde het been te pakken. Joost maakte ippon-seoi-nage, o-soto-gari en koshi-guruma (alles rechts). Gefeliciteerd met jullie posters! De scheidsrechter was Fietje van Bruggen.

Caecillaschool (Amersfoort)

Door Caitlin van groep 7.

De groepen 6/7, 4a en 7 hebben donderdag 11 maart 2010 een judo-clinic gehad. De kinderen waren erg enthousiast. Er waren een stel kinderen die al op een vechtsport zitten/zaten zoals judo uiteraard of karate. De kinderen hadden ook bewondering voor het tellen in het japans en sommige trucjes die ze leerden. De kinderen mochten zelf een partner kiezen en meneer Boersma vond dat er óók jongens en meisjes mochten husselen. De trucjes die meneer Boersma leede moesten de kinderen uitvoeren met hun partner. Sensei Herman Boersma, hartelijk dank voor de prachtige, leerzame judo-clinic.



Op verzoek van Gabor Sophie gaf meester Herman enkele judolesjes aan de leerlingen van de Caecillaschool

Oproep:

Wij zouden het erg fijn vinden als er ouders zijn die op 10 april a.s. mee zouden willen helpen bij het Van Bruggen-toernooi. Voor inlichtingen en/of aanmeldingen kunt u mailen naar: info@mvandehaar.nl Alvast bedankt voor de medewerking: Juf Mieneke.

Agenda

Onderstaande toernooien zijn óók geschikt voor de judoka's die niet aan de wedstrijdtraingen meedoen.

10-4-2010 2^e Van Bruggentoernooi in Scherpenzeel (voor judoka's die judoën in Scherpenzeel, Overberg, Leersum, Doorn).

17-4-2010 1^e Schothorst judo toernooi (voor judoka's die judoën in Liendert, Maarn en Schothorst).

19-6-2010 (Naam nog onbekend) toernooi in Rustenburg. Het inschrijfformulier komt nog.

Het verslag van het oefentoernooi van 25 maart komt in de volgende balans.

Puntenkaart: Vroeger waren er vanentoernooien. Die zijn er niet meer. Degenen die nog een puntenkaart hebben mogen die meenemen naar de bovengenoemde toernooien. Geef hem aan Herman Boersma. Die zal zorgen dat de punten daarop worden bijgeschreven en dat je een vaan krijgt bij voldoende punten.

JUDOKA VAN DE MAAND (Scherpenzeel)



Rechts Vincent Kemperman. Links Dik van de Waardt.

Ben je gelukkig **Jazeker.** Hoe komt dat **Door de liefde van de mensen.** Wat wil je nog zeggen **Dat ik een leuke groep heb en een leuke meester.**

Vincent Kemperman

Raar maar waar.....

Leeftijd **10 jaar.** Kleur band/slip **Gele band blauwe slip.** Hoe lang zit je op judo **5 jaar.** Favoriete school- vakken **Aardrijkskunde en geschiedenis.** Mooiste boek **Trollenvallei.** Mooiste film **Pirate of the Caribbean.** Hobby's **Tekenen. Skiën en judo natuurlijk en gitaar....veel he?** Wat is je beste judoworp/greep **De Brandweergreep.** Ik houd van **De natuur.** Ik heb een hekel aan **Nageaapt worden.** Wat vind je het leukste van judo **Newaza partijen (op de grond).** Wat vind je het vervelendste van judo **Als iemand aan mij gaat zitten plukken.** Wat vind je van Nederland **Ik vind het hier leuk maar in Zwitserland meer.** Wat vind je van de buurt waarin je woont **Leuk en centraal.** Wie wonen er bij jullie thuis **Mijn broertje Alexander, Marjan, Eric en de hond Felix.** Wat is de leukste rubriek van De Balans **De judoka van de maand.** Wat wil je later worden **Raar maar waar: Zwitserse boer.** Wat is je grootste wens **Niks. Ik heb alles wat ik wil.**

FOTO('S) VAN DE MAAND (Leersum)



Het voordeel van pijn is dat je kans hebt de op foto('s) van de maand te komen. Als je daarna maar weer lacht zoals Joris Dietz.



JUDOKA VAN DE MAAND (Scherpenzeel)

Tom van Essen

Leeftijd **10.** Kleur band/slip **Geel blauw.** Hoe lang zit je op judo **3 jaar.** Favoriete schoolvakken **Rekenen.** Mooiste boek **De Barbarossabunker.** Mooiste film **The Spy Next Door.** Hobby's **Vissen.** Wat is je beste judoworp/greep **De brandweer.** Ik houd van **Lego.** Ik heb een hekel aan **Pesten, oorlog.** Wat vind je het leukste van judo **De nieuwe technieken.** Wat vind je het vervelendste van judo **Dat er maar twee keer per jaar examen is.** Wat vind je van Nederland **Leuk land.** Wat vind je van de buurt waarin je woont **Spannende buurt.** Wie wonen er bij jullie thuis **Vader, moeder, 2 zussen, 1 hond.** Wat wil je later worden **Politie.** Wat is je grootste wens **Rijk zijn.** Ben je gelukkig **Ja.** Hoe komt dat **Door mijn lieve hond (en moeder).**



Tom van Essen

柔道

Ko-uchi-gari
(zie techniek van de maand)



Toernooi Wageningen

Door Albert Wanner

Deelnemers: Alexander Kemperman, Vincent Kemperman (beide Scherpenzeel), Patrick Bouwan en Rick Wijnberg (Amersfoort).

Een gezellig toernooi in 3 groepen verdeeld. Een toernooi met dezelfde formule zoals we dat gewend zijn van de eigen toernooien. Een toernooi waarbij het in de eerste plaats gaat om de deelname, maar waarbij uiteraard geknokt wordt om te winnen. Van de 1e poule heb ik zelf niets gezien, maar daar was meester Erwin bij aanwezig. Volgens hem was Alexander erg goed aan het judoën en wist hij met leuk en aanvallend judo een verassend resultaat te behalen, namelijk plaats 1!

Bij de 2e ronde was ik wel aanwezig en ook daar werd fanatiek ge-judo-d. En het is natuurlijk niet zo leuk als jij gegooid wordt in plaats van dat jij de ander de hoeken van de mat laat zien. En zo kom je op het punt om te beslissen of je een bikkel bent, en door gaat, of dat je opgeeft omdat je verdriet hebt over de verloren partij. Gelukkig koos Vincent voor het laatste. En dat is waar het om gaat: doorzetten! Goed gedaan Vincent.



Enkele foto's van één van de twee gouden teams (onderstaand verslag). Op de linker foto vanaf links: Joussef el Hadaddi. Jurriaan Zwart. Tim Asbreuk. Melvin Hoogerwerf. Rick Dekker.

Twée gouden teams

Door Erwin Midden

Zaterdag 20 februari deden een selectie van JU SEI DO mee aan het eerste JLA teamtoernooi in Spijkenisse. Er werd deelgenomen met twee teams, zowel -12 jaar als -10 jaar.

Dit toernooi werd voor beide teams een groot succes. Het -10 jaar team, met de judoka's Merlin Jongejan, Suzanne Slootweg, Stan Asbreuk, Freek Swart, Arwin Kabiri en Timme Béthe (allen Judoschool Midden) wonnen van alle drie de teams en werden daarmee verdienstelijk 1e. Een hele goede prestatie. De judoka's van het min 12 jaar-team, waarin Melvin Hoogerwerf, Jurriaan Zwart, Joussef el Hadaddi (Judoschool Herman Boersma) Rick Dekker, Tim Asbreuk en Ramin Kabiri (Judoschool Midden) meededen, kreeg het iets zwaarder. Van de judoka's van Judo Academie Amsterdam werd gewonnen na een spannende strijd en de judoka's van Sportschool Kimaita werden verslagen door absentie van dat team. De thuisclub, Delta Sport, wist JU SEI DO op een gelijkspel te houden. Hierdoor eindigden ze exact gelijk in de poule. Daarom moest er een finaleronde komen. In deze finaleronde was de spanning om te snijden. De judoka's van JU SEI DO zaten met zijn allen aan de kant van de mat om de judoka's aan te moedigen. Na een moeizame finale, waar het uiteindelijk 3-3 werd na een 3-1 achterstand, werd er dus weer gelijkgespeeld. De wedstrijdleiding kon niets anders besluiten dan beide teams uit te roepen tot winnaar.

TECHNIEK VAN DE MAAND



Ko-uchi-gari (binnenwaarts vegen)

Beide judoka's trekken aan elkaar. Ineens trek je niet meer en je veegt binnendoor zijn voet weg. Het kan óók wanneer jouw tegenstander naar voren loopt. Je veegt dan op het moment dat hij zijn voet wil neerzetten. Veel plezier ermee!

M. van de Haar Administratie

*Uw helpende hand bij administratie en
Boekhoud werkzaamheden*

*Mieneke van Bruggen
Oosteinde 43
3925 LA Scherpenzeel*

Tel. : 033 2772118

GSM : 06 42064366

E-mail = Info@mvandehaar.nl

Even voorstellen,

Door Mieneke van Bruggen.

Vanaf 1 april is de afdeling Overberg zelfstandig. Deze afdeling is overgenomen door: Dick Jansen en Mieneke van Bruggen. Dick heeft deze judogroep ruim 4 jaar gelden opgezet en sinds anderhalf jaar helpt Mieneke mee in de groepen.

Het is nu niet meer afdeling Overberg maar Judoschool Midio. Deze naam werd bedacht naar aanleiding van een prijsvraag. Deze werd gewonnen door Henk van de Vendel. Hij bedacht de naam Midio, dit staat voor **M**ieneke, **D**ick, en **O**verberg. Natuurlijk blijft de samenwerking met Herman Boersma, Judoschool Midden en Judoschool Wanner, zodat er regelmatig toernooitjes worden georganiseerd.

Wij stellen u met trots voor aan de (bijna) complete groep van Judoschool Midio:



Henk van de Vendel: Bedenker van de naam 'MIDIO' ontvangt zijn prijs.

Niels Aalbers. Dennis Bergsma. Jeroen Bergsma. Bernard Boele. Justin van den Brink. Thirza van den Brink. Nuha Camara. Thijs van Cooten. Bart van Deelen. Jarco van Deelen. Dennis vd Haar. Adriaan van Kruistum. Eveliëne van Kruistum. Johan de Leeuw. Brit van Maanen. Anthony van Manen. Lisa Reijersen van Buuren. Rens Reijersen van Buuren. Herwin Roks. Niels Roks. Stefan van Ruiswijk. Bart Schimmel. Emily Sprong. Lenthe Sprong. Jacco Terwel. Twan Terwel. Anton van de Vendel. Henk van de Vendel. Vermeer Arjan. Fietje van Bruggen. Adrie van Bruggen. Meester Dick en Juf Mieneke.



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



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. JU SEI DO heeft tegenwoordig een eigen website: www.juseido.nl

In de vorige balans stond het mailadres van Johan Brandsen Sensei verkeerd geschreven. Het moet zijn:
www.bujitsudo.nl info@bujitsudo.nl

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

M. van de Haar Administratie
Mieneke van Bruggen
Email : info@mvandehaar.nl
Oosteinde 43
3925 LA Scherpenzeel
Tel : 033 277 2118
Gsm : 06 4206 4366



ABM ongediertebestrijding

Burgemeester Martenslaan 2
3956 EM Leersum
Telefoonnummer: 06-20 52 38 89

<http://www.abmongediertebestrijding.nl>
E-mail: abmongediertebestrijding@live.nl

EVM gediplomeerd VCA gecertificeerd

Wij bestrijden onder andere:
kakkerlakken, vlooiën, houtworm,
spinnen, boktor, zilvervisjes, ratten,
wespen, mieren, vliegen, muizen, etc.



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