

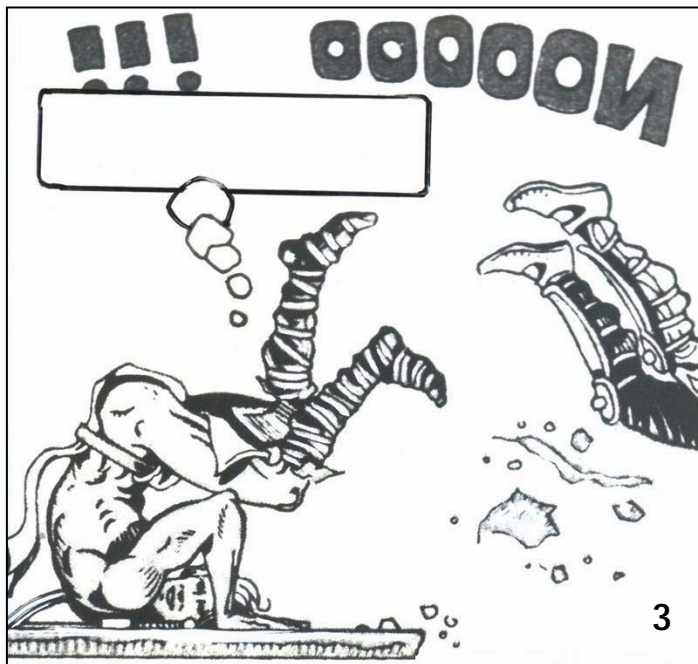
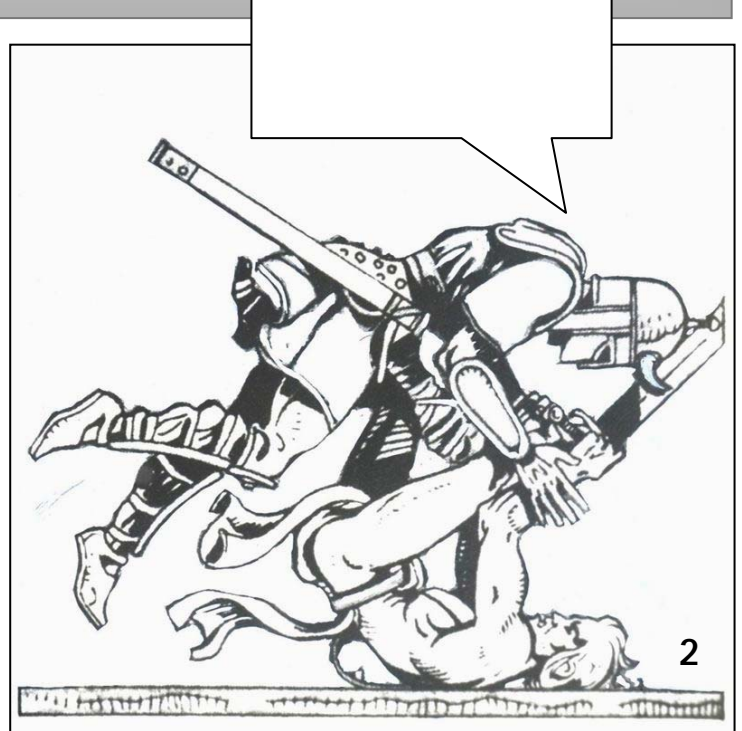
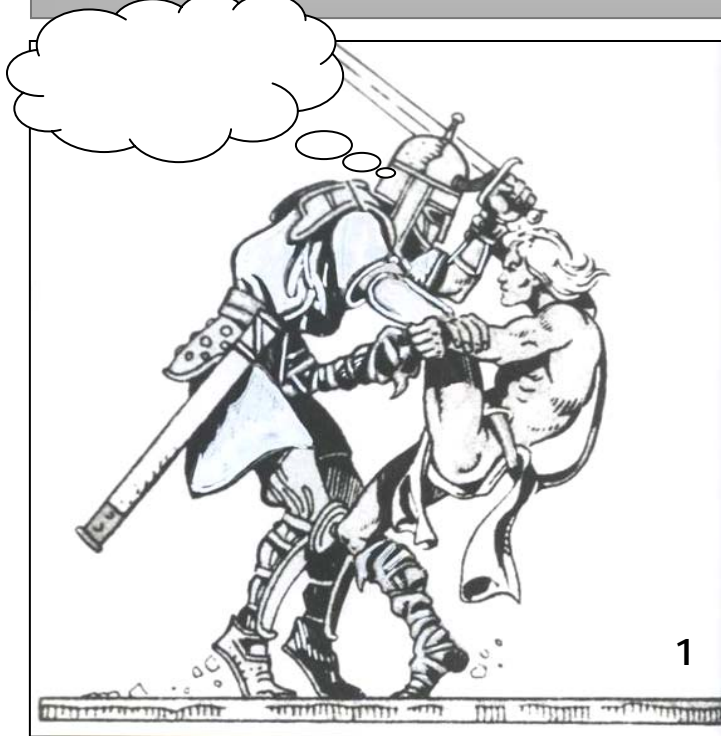
DE BALANS

Maandblad van Judoschool Herman Boersma. Locaties: Doorn, Leersum, Amersfoort. 033-4729247

April 2011 oplage 246

hermanboersma@hotmail.com

De Balans gemist? Kijk op onze site www.judoschool-hermanboersma.nl



Prijsvraag

Verzin een tekst bij afbeelding 1, 2 en 3.
Lever het deze maand nog in bij meester Herman.
De beste 10 mogen één van de vele leuke prijzen uitkiezen.

Wanneer word ik
nou eindelijk eens
gewonnen...zucht



TECHNIEK VAN DE MAAND
Ditmaal is de techniek van
de maand niet geschikt voor
beginners:

Tomoe-nage.

Zet een voet in zijn buik vlak
vóórdát je je achterover laat
vallen. Trek hem niet naar je
toe maar stuur hem door
over je hoofd heen. Je moet
eerst de judorol en de
zweefrol heel goed oefenen.

Met dolfijnen zwemmen



Kirsten Westerhuis zit 5 jaar op judo

Naam **Kirsten Westerhuis** (locatie Leersum red.). Leeftijd 11. Kleur band/slip **Oranje band met de bruine slip**. Hoe lang zit je op judo **5 jaar**. Favoriete schoolvakken **Engels**. Mooiste boek **Sam In Actie**. Mooiste film **Verschrikkelijke Ikke**. Hobby's **Judo en wielrennen**. Wat is je beste judoworp/greep **Tai-otoshi**. Ik houd van **Sport**. Ik heb een hekel aan **Ruzie**. Wat vind je het leukste van judo **Opwarming**. Wat vind je het vervelendste van judo **Saaie dingen doen**. Wat vind je van Nederland **Een goed land**. Wat vind je van de buurt waarin je woont **Best wel leuk**. Waar droom je van.... **Verre reizen**. Wie wonen er bij jullie thuis **Moeder, vader hond, broertje, vissen, cavia's, konijnen**. Wat is de leukste van De Balans **Judoka van de maand**. Wat wil je later worden **Kok**. Wat

is je grootste wens **Om met dolfijnen te zwemmen**. Ben je gelukkig **Ja**. Hoe komt dat **Omdat mijn familie leuk is**. Wat wil je nog zeggen **Dat ik het heel leuk vind om in De Balans te komen**.



jourdand.nl
UW COACH VOOR DUURZAAM ONDERNEMEN



Kinderen hebben recht op liefde, aandacht, goede leefomstandigheden en een waardevolle toekomst.

Reden om mij actief in te zetten én een percentage van mijn omzet te doneren aan de [1We Football Playgrounds](#) in Rio de Janeiro. Want samen spelen en leren is de basis voor een goede toekomst. 'Joga Bonito', oftewel: Speel mooi!

Welkom in Kolárovo



www.recreatieslowakije.nl

Deze site is helaas momenteel uit de ether. Bel 06-51510291 voor informatie over een heerlijke ontspannen vakantie in Slowakije. Wij bieden comfortabele huizen te huur aan voor mensen die op zoek zijn naar rust, in een uitgestrekte natuur waar het toerisme nog niet is doorgedrongen.

Kolárovo ligt ongeveer 30 km van de Hongaarse grens. Het weer is er zeer stabiel met veel zonuren per jaar. De omgeving biedt niet alleen een oase van rust, maar ook talloze mogelijkheden om activiteiten te ondernemen. Er zijn diverse thermal baden en je kunt er eindeloos fietsen of kayaken.

SLOWAKIJE EN HUIB BOERSMA

Samen met vrouw Anneke wonen wij een groot gedeelte van het jaar in Slowakije. Hoe is dat zo ontstaan? Grotendeels door sportuitwisselingen met het dorpje Kolarovo en Amersfoort. Waarom Slowakije? Wij hebben behoefte aan ruimte. Niet alleen om ons heen maar ook in het hoofd. Er zijn daar nog niet zoveel regeltjes en de eenvoud daar is, in dat grote land, weldadig. Wij verhuren daar huizen in het dorp en op het platte land voor locals en Nederlandse toeristen.

Verder geef ik regelmatig Judo, Kickboxen en taebo in een kleine sportschool van Tibor Kiss die een goede vriend is. Als je dit leest zijn we al weer terug van een Karate en taebo kamp in Croatie. In karate mag je tegenwoordig ook lage judoworpen toepassen. Je snapt het al, ik geef de karate kids in Slowakije ook judo. Als je het leuk vindt kunnen we een keer een leuk **judokamp** in Slowakije organiseren. Meester Herman is te druk om alles te organiseren. Maar misschien vinden enige ouders het wel leuk om mee te helpen. Dan kunnen de karate leden van Thayo Gym, judo van jullie leren. Ik hoor wel of jullie de eerste week van augustus 2011 kunnen. Wat wel een nadeel kan zijn is dat het daar heeeel goedkoop is. Kan je je spaargeld weer niet op maken. Het is wel 1300 km met de bus. Sportgroeten van Huib Boersma



Groeten uit Slowakije

De sympathieke ex- eigenaar van Boersma Sport Nederland hier in Slowakije met Demi en Robin, twee van zijn kleinkinderen. Foto: Herman Boersma.



Amira Ruizendaal kreeg op haar school een gastles van een aardige judodame. Misschien wordt Amira nu net z'n goede judoka want ze lijken wel een beetje op elkaar.

Meester Herman heeft een gastles gegeven aan de leerlingen van de Caeciliaschool. Myron Eversen had dat geregeld. Het was heel leuk vond meester Herman.

Pak te koop. Leersum. Fam. Rijksen: 06-22021383. maat 150, mooi pak. Dikke kwatiteit. € 15,-.

Bram Schop heeft een nieuw record verduiken op zijn naam gebracht: 233 centimeters.



Kleine Duif moest op zijn 12^e al man worden.

Lees het spannende indianenverhaal verderop in dit blad:
EEN NACHT IN HET OERWOUD

Locatie van....

Op 1 april 2008 heeft de toenmalige directeur van Boersma Sport Nederland, Huib Boersma, het judo laten overgaan naar Judoschool Herman Boersma. De reden was dat Boersma Sport-judoleraar Ronald Huffenreuter na 35 jaar trouwe dienst (en vele judosuccessen) iets anders met judo wilde gaan doen.

Samen met ex Boersma Sport-judoka's Rogier Stam, Tim Jourdan en meedenker/werker, Albert Jourdan, is Herman Boersma de lessen gaan geven.

Op deze foto staat de vrijdaggroep van 16.30 uur tot 17.30 uur.



Hier links staat de donderdaggroep 1. Vanaf linksboven: Krishen Rakhan. Bart Veldhuijsen. Rudémer Escalea. Quinten Pijnenburg. Sarah Slopfstra. Hidde Dekker. Pepijn Bosvelt. Valentijn Jonkers. Eva Pranger. Sanne van Dijk. Kaato Lambrechts. Tobias Bodewitz. Line Verhage. Dillen Brouwer. Liggend: Amira Ruizendaal. Silvano Tromp.

....de maand Amersfoort

Grote foto vanaf linksboven: meester Rogier Stam. Arya Afshar. Sem de Bree. Hugo Hoogendorp. Tigo van den Herik. Kaai Bron. Rik Volkers. Finn van Elburg. Dyonne Stam. Vanaf linksonder: Stijn Peek. Myrthe Viveen. Mas Brandwacht. Tobias Viveen. Muammer Inan. Isame Baukamir. Alexander Spijkman. Menno Volkers. Danilo Stojanovic. Pjotr Hezemans. Len Versteeg. Liggend vanaf links: Tom van Hell. Collin van Grol.

Foto's van alle groepen van alle locaties staan op onze site:
www.judoschool-hermanboersma.nl kijk bij [afdelingen](#).



Hier rechts staat de donderdaggroep 2. Vanaf linksboven: meester Herman. Ruben Oort. Elco Messelink. Tijn van Elburg. Laurens Meerveld. Shivam Rakhan. Elco Zwart. Jandrickson Manuel. Sempai Tim Jourdan. Akash Baldi. Lukas van den Dijssel. Vanaf linksmidden: Max Egtberts. Tian Jin. Raineldo Odulia. Luc de Graaf. Jasper Schroevers. Jesse van de Meent. Vanaf links onder: Renske de Waal. Gülsüm Bag. Ruth van den Abeelen. Aylin Soysal. Melika Demir. Daphne Lamfers.



Mevrouw Boersma (zwarte band) leest elke maand De Balans. Ze is de moeder van meester Herman. Ze zei hem dat het hoog tijd is dat er weer eens een verhaaldje in komt. Ze heeft het onderstaande indianenverhaal voor jullie uitgezocht. Het gaat over een jongen die op z'n 12^{de} al man moest worden. Daar gebruikten de indianen geen judo voor, ze hadden een andere methode.....

Een nacht in het oerwoud

'Vannacht zal blijken of je een man bent of niet', zegt Dapere Raaf tegen zijn zoon. Kleine Duif, twaalf jaar oud, kijkt zijn vader aan en knikt. Hij weet wat hem boven zijn hoofd hangt. In zijn dorp is het de gewoonte dat jongens van twaalf jaar oud een nacht geblinddoekt in het oerwoud moeten doorbrengen. Helemaal alleen.

Heb je die proef doorstaan, dan mag je met de mannen mee op jacht en word je als een gelijke behandeld. Faal je, dan blijf je achter bij de vrouwen en de andere kinderen van het dorp.

Kleine Duif knikt zijn vader toe. 'Het is goed', zei hij, ik ga.' Niemand hoeft te weten hoe bang hij is. Een beet van een slang is denkbaar. En wat leeft er al wel niet meer in de jungle? Hoewel er niet veel meer zijn, leven er nog steeds tijgers.

Je kunt niemand te hulp roepen en je moet blijven zitten tot de eerste zonnestralen zich door het bladerdak worstelen. Hij kan zijn oudere broer niet om raad vragen. Elke jongen moet het op zijn eigen manier klaren. Na de proef zal duidelijk zijn hoe heldhaftig hij is.



Dikke bosmieren zoeken via zijn been een weg naar boven.....

Als de zon bezig is zich achter de bergrug te verstoppen, stappen vader en zoon het pad af dat naar het bos leidt. Er is geen weg terug. De ademhaling van Kleine Duif gaat gejaagd. Opwinding en vrees vermengen zich met elkaar. Na een uur zwijgend te hebben gelopen, blijft Dappere Raaf staan.

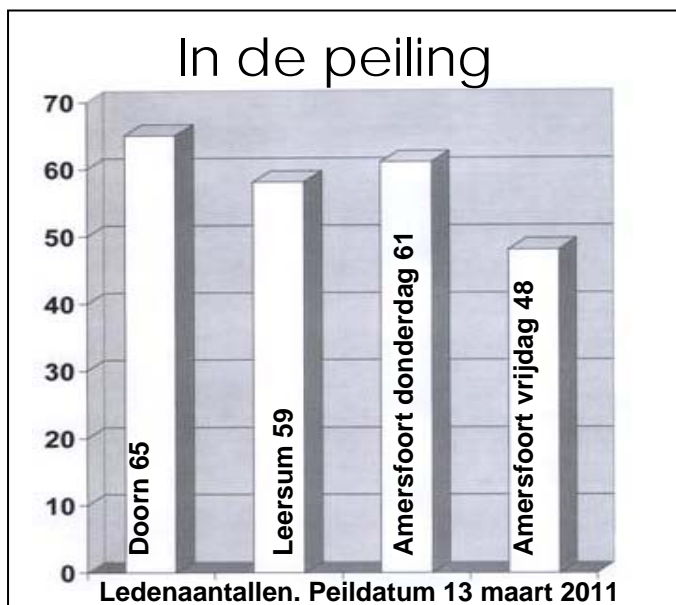
'Hier' zegt hij. De plek ligt aan een riviertje waar met een groot kapmes ruimte is gecreëerd. Een oude boom die jaren geleden is omgevallen leent zich goed als zitplek. 'Je kunt nog terug', zegt de vader. 'Nee', antwoord de jongen. Hij hoopt dat zijn vader niet de angst in zijn ogen ziet. Hij gaat zitten en laat zich door zijn vader blinddoeken.

Het wordt zwart voor zijn ogen. Met een ferme klap op zijn schouder neemt Dappere Raaf afscheid van zijn zoon. 'Hou je taai', zegt hij. Voetstappen verwijderen zich. Dan is er alleen nog het geluid van het bos. Een aap krijs. Hij hoort het bladerdek ritselen. Even later beginnen de krekels. Steeds harder gaat het geluid. Een vlieg landt op zijn neus. Hij mept hem weg. Hij wil man worden. Ze zullen thuis niet kunnen zeggen....

Heel in de verte hoort hij een hond blaffen. Een haan kraait zijn laatste waarschuwing. Tijd om te slapen. De nacht doet zijn intrede. Kleine Duif wil slapen. Maar het lukt niet. Zijn Mond voelt droog. Zijn spieren zijn gespannen. De nacht duurt eindeloos lang.

Tegen de morgen dommelt hij een beetje weg. Dikke bosmieren zoeken via zijn been een weg naar boven. Hij merkt het niet. Het is de zon die hem weer tot de werkelijkheid terugbrengt. Door een opening in het bladerdak lacht die de jongen toe. Hij werpt de blinddoek van zich af en kijkt rond of iemand gezien heeft dat hij sliep. Als hij zich omdraait, ziet hij tot zijn verrassing zijn vader zitten.

Twintig meter van hem vandaan. De hele nacht heeft hij daar gezeten. Ervoor zorgend dat zijn kind niets zou overkomen. Ja, want zo zijn vaders.



Even Noteren:

Het aangekondigde toernooi op 9 april in Scherpenzeel is verzet naar 16 april in Leersum.

De meivakantie is 2 tot en met 6 mei.

Er is een toernooi in Amersfoort (Rustenburg) gepland op 16 mei. Meer info komt nog.

Ivor Hiltrop organiseert weer een meiden-toernooi in Zeist. Meer info komt nog.

Examendata: Doorn 20 juni, Leersum 22 juni, Amersfoort donderdag 23 juni, Amersfoort vrijdag 24 juni. Meer info komt nog.

Uitslagen rebus:

- RECHT OP ONDERWIJS VOOR IEDER KIND DOET KINDEREN LEREN -

De prijzen zijn gewonnen door: Hidde Dekker. Renske de Waal. Shane Spanjaard. Jasper Schroevers. Kiro Spanjaard. Julie van den Boogaard.



Renske

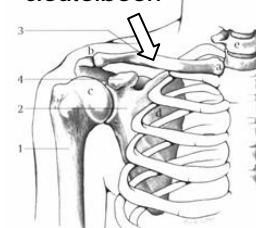


Shane

DOJONIEUWS **Doorn** Welkom nieuwe judoka's: Wassim Boughrara. Guus Dorrestijn. Rosmaya Boughrara. Nor Verroen. **Amersfoort** Welkom nieuwe judoka's: Britt van Hamersveld.

Verduiken: zonder heel veel moeite werd de tweemetergrens gepasseerd door Jorien de Vries, Yendor Lambrechts, Bram Schop, Jurriaan Zwart. Maar meester Herman wou niet verder gaan omdat de les was afgelopen. Met het verduiken blesseerde Myrthe Verhage zich. Ze brak haar sleutelbeen. Alles zit nog wel op z'n plaats maar ze kan natuurlijk weken lang geen sport doen. De verduikcommissie raad iedereen aan om je eigen grenzen steeds een klein stukje te verleggen maar..... denk aan je sleutelbeen!

sleutelbeen



JUSEIDO 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 wedstrijdtrainingen worden gehouden in Achmea, Lageweg 16 te Amersfoort.

De 8 tot 12 jarigen judoën wekelijks op maandagen van 18 tot 19 uur. Judoka's vanaf 12 jaar van 19 tot 20 uur. JUSEIDO heeft tegenwoordig een eigen website: www.juseido.nl



CinPassion

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



CinPassion Amersfoort,

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

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

In Balans

Herman Boersma – judoleden :

Koop 2 cadeaubonnen voor een coaching of massage en
ontvang **1 cadeaubon gratis t.w.v. 45 euro**

*aanbieding geldig t/m 30 juni 2011

CadeauBon "persoonlijk om te geven,
verrassend om te krijgen"

CinPassion

Vanuit ontspanning komt kracht
Vanuit innerlijke kracht komt vrijheid



Cindy Boersma
06-20544537

www.CinPassion.nl
info@CinPassion.nl

Nijverheidsweg N 130-9
3812 PN Amersfoort