



# Nieuwsbrief

Sept. 2016 24jr

## De dojo in een nieuw jasje!



Gelijk al bij de eerste training in september konden we genieten van een nieuwe mat. Eerst in de kleuren geel en blauw en sinds kort in de kleur blauw. Dat komt omdat er ook anderen gebruik maken van deze zaal. Helaas worden er ook schoenen gedragen die niet geschikt zijn voor de zaal.



Sportschool "de Counter" doet zijn best om zijn leden hierop te wijzen. De geluidsinstallatie is verplaatst en een gedeelte van de schutting kan weggehaald worden om toegang te krijgen met een brancard.

Laco heeft aangegeven stap voor stap de dojo te verbeteren.

## Recycling!

De oude matten zijn gelukkig vervangen. Maar....

Wij hebben deze een nieuwe functie gegeven. Met dank aan Mark-Kysosanim en Bob die ontzettend gezweten hebben om er dikke rollen van te maken. Van het oude zeil worden er nog hoezen gemaakt en dan ...

kunnen we die gebruiken er tegen te stoten, trappen, er overheen te duiken en om die van de ene kant van de zaal naar de andere kant van de zaal te sjuwen (natuurlijk dat laatste niet voor de kinderen). Plezier gegarandeerd!



### Interessante informatie:

- Nieuw jasje
- Recycling matten

**Yudangja stage Duitsland**

**Bondsdagen:**

- nov / dec?

**Yudangja training:**

- nov

## Yudangja stage in Eschweiler.

Op zondag 18 sept. brachten Emilio-kwanjangnim en Mark-Kyosanim een bliksembezoek aan Josef-Kwanjangnim. Hij had de dangraders uitgenodigd voor een training. Tijdens deze training werd er géén les gegeven. De stage was gericht op het uitwisselen van basisoefeningen.

De basistechnieken werden steeds weer met een andere partner geoefend.

De Hankidotechnieken werden uitgevoerd tegen verschillende (on-)gewapende aanvallen.

Na het harde werken volgde een heerlijk hapje om weer op krachten te komen.



Dank aan mijn vriend en Master, Josef-Kwanjangnim.

## Internationale HKD Kampioenschappen.

A promotional poster for the 'Int. Hapkido Meisterschaft' held on 06. November 2016. The poster features a circular logo on the top left with the text 'INTERNATIONALE HAPKIDO FEDERATION'. The main title is 'Int. Hapkido Meisterschaft' in a stylized font, followed by the date '06. November 2016'. Below the title, it says 'Offen für alle Budoportler' and 'Beginn: 10:00 Uhr'. The location is 'Sporthalle an der Löh, Erasmus von Rotterdam Gymnasium, 41747 Viersen, Germany'. The organizers are 'Ausrichter: Oh Do Kwan Dülken e.V.' and 'Veranstalter: Deutsche Hapkido Federation e.V.'. The contact information is 'Anmeldung &amp; Info: josef.roemers@hankido-germany.com'. The poster lists activities: 'Selbstverteidigung', 'Roll- und Fallschule', 'Freestyle mit Waffe', 'TKD Poomsae Einzel', and 'TKD Poomsae Paarlauf'. At the bottom, there are four small circular images showing martial arts techniques: a person in a white gi, a person performing a high jump, a person in a black gi, and a person in a white gi.

Onlangs hebben de leden informatie ontvangen over de Internationale HKD Kampioenschappen. Wil je graag meedoen? Laat het mij zo snel mogelijk weten.

Wij kunnen meedoen met:

- stijlvormen met wapens (lange stok / zwaard / korte stok)
- Zelfverdediging (demo van zo'n 8 ingestudeerde technieken). Hiervoor is het wel noodzakelijk dat je minimaal twee keer in de week traint. Je moet ook bereid zijn om thuis te oefenen.

Kinderen kunnen meedoen aan de demonstraties zelfverdediging.

Volwassenen die ook Hangukdo beoefenen kunnen aan twee onderdelen meedoen, nl. zelfverdediging en stijlvormen met wapens.

Wens je alvast VEEL succes!