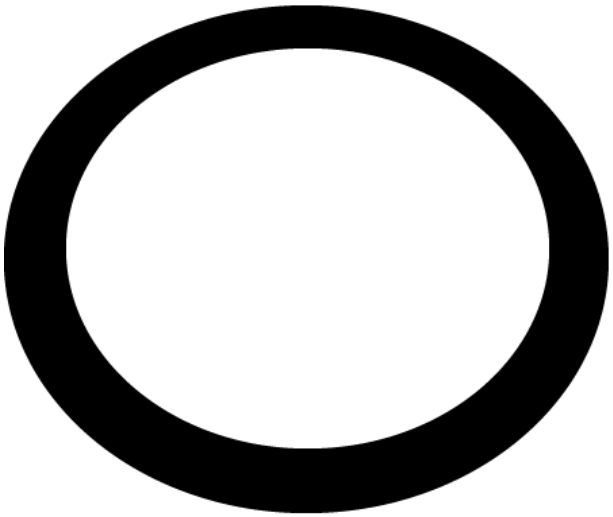
Shu Ken Ma Shi



珠研磨師

Clubkrant

Nummer 44 – februari 2009

In dit nummer:

2- Verjaardagskalender
2- Nieuws
4- Anekdote
5- Bijzondere uitspraken van de sensei
6- Interview met: Bas Vernooij
6- Agenda
6- Colofon
6- Strip

Verjaardags-kalender

7 februari:
Zoe van der Voort

16 februari:
Emma Wolff

21 februari:
Elise Brandwijk

23 februari:
Souhaira Idrissi

Nieuws

NK 2009 Shu Ken Ma Shi
Op 8 februari werd in Dordrecht het Nationaal Kampioenschap Karate senioren Kata/Kumite gehouden. Een grote groep supporters had zich verzameld in de Sterrenburghal. Van de Shu Ken Ma Shi leden deden er maar liefst 5 deelnemers mee: Elmo Diederiks, Sammy en Doenja Hertog en Sayra en Gabriela Aarts. Ook Ahlam had zich ingeschreven, maar was helaas door ziekte geveld.

Voor Elmo was dit een heel bijzonder NK. Het was namelijk de laatste keer is dat Elmo deelnam. Nadat hij in de periode dat Frans Nationaal Bondscoach Kata was bij de Nationale Selectietrainingen werd uitgenodigd heeft hij zich op het gebied van katawedstrijden vele jaren lang zeer actief en boven verwachting sterk ontwikkeld. Elmo achtte de tijd nu echter gekomen om ruimte te maken voor andere zaken. Zo is hij inmiddels als trainer betrokken bij talentontwikkeling en bij de jeugdselectietrainingen. Ongetwijfeld zal hij daar met zijn schat aan ervaring en zijn deskundigheid als bevoegd karatedocent een enorme bijdrage kunnen leveren aan de ontwikkeling van het talent van zeer veel jonge mensen. We wensen hem daarbij natuurlijk heel veel succes.

Maar eerst moest hij nog één keer vlammen op het NK. Het was natuurlijk fantastisch geweest als hij zijn wedstrijdcarrière met een titel af had kunnen sluiten. Gezien zijn huidige vorm twijfelden we er eigenlijk ook geen moment aan dat hem dit ook dit jaar weer zou lukken, maar helaas zat dat er niet in. Kata blijft een jurysport en de resultaten blijven dus altijd afhankelijk van de deskundigheid van de lokaal voorhandige juryleden. Het gevoel dat deze in hun mening soms wat afwijken van de internationale lijn blijft natuurlijk knagen en juist daarom is het zo dapper van Elmo geweest zich daar toch nogmaals aan bloot te stellen. Hij had er natuurlijk even goed voor kunnen kiezen zijn carrière af te sluiten als Nederlands Kampioen, maar hij was zo sportief zijn jonge concurrent Jeffrey ter Heijden de mogelijkheid te geven hem te verslaan. We gunnen Jeffrey dan ook van harte zijn succes. Na afloop werd Elmo opgevangen door een menigte supporters van onze club. Er was voor hem een speciale kaart gemaakt en er was een spandoek gemaakt met de tekst "Shu Ken Ma Shi is trots op Elmo. Go Elmo!" en dat geldt uiteraard nog steeds. Elmo, Shu Ken Ma Shi is trots op je!

Voor Doenja was dit het eerste NK sinds zij een aantal jaren geleden stopte met de Nationale Selectie om zich meer te kunnen concentreren op haar studie geneeskunde. Nog maar net een maand terug van haar co-schappen in Australië, draaide zij een fantastische Kanku Dai. Helaas gaven de scheidsrechters het voordeel aan de tegenpartij. Er zat voor haar geen herkansing in en dus kon zij al snel haar karatepak verwisselen voor haar

doktersjas, om als EHBO-er de organisatie van het toernooi te ondersteunen.

Voor Sammy was het het eerste NK als lid van de Nationale Selectie. Hij bereikte de derde ronde en verloor uiteindelijk nipt van de latere nummer drie, Wouter Neuhaus.

Gabriela stoomde moeiteloos door naar de derde ronde. Maar daar trof ze de uiteindelijke Nederlands Kampioene. Ze draaide hele mooi kata, maar helaas kwam ze ook via de herkansingsronde niet op het podium.

Sayra haalde schijnbaar moeiteloos de finale, en liep daar een hele sterke Gankaku, maar de juryleden verkozen haar medefinalist en kata-veterane Mariska Steenbeek uiteindelijk tot winnaar.

Ondanks deze, voor sommigen teleurstellende, resultaten, kijken we toch terug op een sfeervol toernooi met deelnemers van hoog niveau. Het is een echte aanrader om ook naar het Open Nederlands Kampioenschap in Rotterdam te gaan kijken, waar een zeer sterk internationaal deelnemersveld te bewonderen zal zijn.

Open Nederlandse Kampioenschappen karate

Op 7 en 8 maart vinden de Open Nederlandse Kampioenschappen karate 2009 plaats in het Topsportcentrum in Rotterdam (Van Zandvlietplein 20). Het programma is ruwweg als volgt: zaterdagmorgen kata en zaterdagmiddag en zondag kumite. Schrijf het alvast in je agenda, want dit is een mooie gelegenheid om internationale topsporters aan het werk te zien in Nederland! Daarnaast kun je natuurlijk juichen voor Shu Ken Ma Shi-ers die meedoen, zoals Gabriela, Sammy, Doenja en Sayra.

Ernesto Hoost, 4-voudig K-1 winnaar en een van de beste kickboxers van de wereld, is dit jaar wederom aanwezig om clinics te verzorgen. Hierbij laat hij ons de fijne kneepjes van het kickboxen zien. Aan het eind van de clinic is er gelegenheid om samen met hem op de foto te gaan of een handtekening te vragen. De clinics worden gegeven op zaterdag 7 maart 2009 en staan open voor sporters vanaf 8 jaar. Iedere deelnemer kan een vriend(je) of vriendin(netje) meenemen om met de clinic mee te doen. Er zijn aparte clinics voor jeugd en volwassenen. De tijdstippen worden later bekend gemaakt. Deelname aan

de clinic is gratis en betekent vrije toegang tot het toernooi. De jeugd ontvangt tevens een vrijkaartje voor een ouder. Inschrijven voor de clinic gaat via de KBN website.

Op vertoon van het KBN-paspoort krijg je een korting van 50% op de toegangsprijs. Meer informatie over de Dutch Open is te vinden op de website van de KBN.

Stage sensei Jaap Smaal (7e dan) op zondag 22 maart
Op zondag 22 maart is de 20e Open Karatestage onder leiding van sensei Jaap Smaal (7e dan). Zijn kennis en vaardigheid zijn voor velen een sprekend voorbeeld. Sensei Jaap, die stijlvertegenwoordiger is van het shotokanplatform en technisch directeur van de Karatedo Bond Nederland, is een groot voorstander van het ontwikkelen van het karatedo. Eind vorig jaar was Sensei Jaap Smaal betrokken bij de ontwikkeling van een nieuw 1e dan examen programma. Op 11 januari 2009 zijn deze nieuwe exameneisen met groot enthousiasme door Sensei Jaap aan alle shotokanleraren van de Karatedo Bond Nederland gepresenteerd. Met hoge waarschijnlijkheid zullen de kandidaten die voor het zwarte band examen in december 2009 willen opgaan volgens deze eisen worden beoordeeld. Deze stage is dus zeker voor kyugraadhouders interessant, want de exameneisen voor kyugraden die zijn afgestemd op de nieuwe dangraadeisen, zullen hier ook de revue passeren.

De trainingen zullen zijn op zondag 22 maart 2009 in de Dokan Honbu Dojo gevestigd in de gymnastiekzaal van het Montessori Lyceum Herman Jordan aan de Jordanlaan 3 te Zeist. Meer informatie over tijden, locatie en kosten vind je op www.dokan.nl. Alle karateka vanaf 12 jaar zijn welkom!

Shu Ken Ma Shi's Jeugd-Karate afdeling Harmelen
In de vorige clubkrant kon je lezen over de nieuwe jeugd-afdeling van Shu Ken Ma Shi in Harmelen Inmiddels hebben al 27 basisschoolkinderen zich hiervoor opgegeven! Waar Sensei Frans eerst dacht lekker rustig les te gaan geven aan zijn zoontje Boris en nog een paar andere kinderen, wordt hij nu bijna letterlijk bedolven onder de kleintjes! Niet dat hij dat erg vindt... Integendeel, het is hartstikke gezellig! De tweede les van de introductiecursus voor deze groep kinderen vanaf groep 4 is inmiddels achter de rug en er komen nog altijd nieuwe aanmeldingen binnen. Dat belooft wat voor de toekomst!

Nieuwe KBN reglementen kata en kumite
Vanaf 1 januari 2009 gelden er nieuwe officiële wedstrijdreglementen voor zowel kata als kumite. Je vindt ze op de website van de KBN. Op de website van Shu Ken Ma Shi staat een directe link naar de betreffende documenten.

Anekdote

Er was eens een koning die dacht dat niets wat hij ondernam kon mislukken wanneer hij altijd de juiste tijd zou weten waarop met een werk begonnen moest worden, als hij altijd zou weten door welke mensen hij dat werk moest laten doen en als hij altijd zou weten welk werk het belangrijkste was.

De koning liet veel geleerde mannen bij zich komen, maar ze gaven allemaal verschillende antwoorden op zijn vragen. Daarom besloot de koning zijn drie vragen te stellen aan een kluizenaar die bekend stond om zijn grote wijsheid. De kluizenaar leefde in een hut in het bos, maar ontving daar alleen eenvoudige mensen. Daarom ging de koning gekleed als een boer naar de kluizenaar. Toen de koning bij de kluizenaar aankwam, was deze bezig de aarde bij zijn hut om te spitten. De kluizenaar begroette de koning, maar werkte rustig door. De koning liep naar hem toe en zei: “Ik ben naar u toegekomen om u drie vragen te stellen:
Wat is de juiste tijd om een goed werk te doen?
Welke mensen zijn daarbij de belangrijkste?
Welk werk is het belangrijkst en moet dus het eerst gedaan worden?”

De kluizenaar luisterde naar de koning, maar gaf geen antwoord. Hij spuugde in zijn handen en begon weer te spitten. Hij zag er mager en zwak uit en hoestte bij het zware werk. "U bent uitgeput," zei de koning, "geef mij de spade en rust uit." De kluizenaar gaf de koning de spade en ging zitten. Toen de koning een flink stuk aarde omgespit had, stopte hij en herhaalde zijn vragen. De kluizenaar antwoordde weer niet. Hij stond op en zei: "Nu moet u uitrusten en zal ik verder spitten.." Maar de koning gaf de spade niet terug en werkte door. Intussen verdween de zon achter de bomen. De koning stak de spade in de aarde en zei: "Wijze man, ik ben hier gekomen om antwoord te krijgen op mijn vragen. Maar als u die niet kunt beantwoorden, dan ga ik weer naar huis."

"Kijk eens, daar komt iemand aan," zei de kluizenaar. Uit het bos kwam een man die kreunend zijn handen voor zijn buik hield. Hij viel voor de koning op de grond en bleef onbeweeglijk liggen. De koning en de kluizenaar ontdekten dat de man een diepe wond in zijn buik had. De koning maakte de wond schoon met het water dat de kluizenaar hem gaf en verbond hem met zijn zakdoek en een handdoek van de kluizenaar. De gewonde man kwam bij en smeekte om water. De koning haalde fris water en gaf hem te drinken.

Het werd avond. Samen met de kluizenaar droeg de koning de gewonde man de hut in en legde hem op het bed. Daar kwam de gewonde tot rust. De koning ging bij de ingang van de hut zitten. Hij was zo moe dat hij in slaap viel en pas tegen de morgen wakker werd. Hij zag dat de gewonde man hem verbaasd lag aan te kijken. "Vergeef mij," fluisterde de gewonde. "Ik ken u niet en heb u niets te vergeven," zei de koning. "Ik ken u wel. Ik had gezworen wraak op u te nemen omdat mijn broer door u werd veroordeeld. Ik wilde u vermoorden, maar u hebt mijn leven gered. Vergeef mij!"

De koning was blij dat zijn vijand zich met hem verzoend had. Hij vergaf hem en beloofde zijn arts naar hem toe te sturen. Toen hij buiten kwam, zag hij dat de kluizenaar groentezaden in de omgespitte aarde zaaide. De koning zei: "Wijze man, voor de laatste keer vraag ik u mijn vragen te beantwoorden." De kluizenaar keek de koning aan en zei: "U hebt al antwoord gekregen. Als u gisteren geen medelijden met mijn zwakheid had gehad en de aarde niet had omgespit, maar teruggegaan was door het bos, had deze man u vermoord. Daarom was het de juiste tijd waarop u de grond omspitte. Ik was op dat ogenblik de belangrijkste mens en het belangrijkste werk was iets voor mij doen. Toen de gewonde man kwam, was het de juiste tijd om voor hem te zorgen, want anders was hij doodgebloed en had hij zich niet met u kunnen verzoenen. Hij was op dat moment de belangrijkste mens en wat u voor hem gedaan hebt, was het belangrijkste werk.

De juiste tijd is het ogenblik. De belangrijkste mens is degene die op dat ogenblik geholpen moet worden. Het belangrijkste werk is iets goeds te doen voor die mens."

Bijzondere uitspraken van de sensei

“Zoek naar eenheid, niet naar diversiteit”

Interview met: Bas Vernooij

Bas Vernooij is geboren op 18 december 1971. In het dagelijks leven is hij mede-eigenaar van reisorganisatie Sioni.

Hoe ben je met karate begonnen?
Ik ben in 1991 begonnen met karate. Een vriend van mij deed het ook, bij Sportschool Bontje in Den Haag en ik ben een keer meegegaan. Ik vond het leuk, dus toen ben ik er ook opgegaan. In 1993 ben ik in Utrecht gaan studeren en daar ben ik bij Olympos o.l.v. Hans Harthoorn gaan trainen. Ook ben ik toen lid geworden van Studenten Karate-do Organisatie O-Ki-Do. Dat heb ik tot en met 1999 gedaan.

Hoe ben je bij Shu Ken Ma Shi terechtgekomen?
Van 2000 tot en met 2005 zat ik elk jaar van maart tot november in Griekenland, als flottieljesschipper en zeilinstructeur. Flottieljesschipper wil zeggen dat je met een groep boten tochten maakt van plaats naar plaats, van eiland naar eiland. Ik stond aan het hoofd van de groep op het moederschip. Er waren ook een hostess en een engineer en samen leidden we de boten. We deden veel tochten vanuit Lefkas in Griekenland. Na die periode ben ik weer gaan trainen in Den Haag. Sportschool Bontje was opgeheven, maar mijn oude leraar gaf nog steeds les in Den Haag. Later hoorde ik dat Sensei Frans in Utrecht lesgaf. Ik kende hem nog van O-Ki-Do, dus toen ben ik daar gaan trainen.

Wat wil je bereiken in het karate?
Eerst natuurlijk de zwarte band en daarna wil ik gewoon verder trainen. Het is leuk om iets totaal anders te doen dan wat je overdag doet. Het houdt me fit en ik kan me hoofd lekker leegmaken: 'ontspanning door inspanning'.

Hoe belangrijk is karate voor je?
Ik probeer 2 keer per week te trainen, dus het neemt best wel een belangrijke plaats in.

Wat vind je het leukst aan karate?
Het kumite. Zowel Ippon Kumite als Jiyu Kumite. Ik vind het leuk omdat je dan interactie met je partner hebt. Dat is leuker dan in het luchtledige slaan.

Agenda

zondag 22 februari:
Battle of the Teams in Rotterdam

zaterdag 7 en zondag 8 maart:
O.N.K. Senioren in Rotterdam

zondag 22 maart:
Stage Sensei Jaap Smaal bij Dokan in Zeist

zondag 5 april:
Dangraadexamens in Sporthal Lunetten, Utrecht

zondag 12 april:
Zuid-Nederlandse Kampioenschappen Kata en Kumite in Waalwijk

zaterdag 25 april:
Karatedo Smaal International Karate Tounament in Apeldoorn

Colofon

Gert-Jan Schouten
Cambridgelaan 235
3584 DZ Utrecht
Voor vragen en opmerkingen:
clubkrant@shukenmashi.nl

Strip