



## GAMBARU SKA LIER VZW

### Gambaru nieuwsbrief zomer 2024

#### Clubnieuws:

**Het karate-seizoen 2024-2025 begint op vrijdag 6 september 2024.**

Op zondag 29 september gaat er een kumite-stage door in Nijlen. Deze is ook geschikt voor leden die geen kumite ervaring hebben. Daarnaast wordt ook aandacht besteed aan de wedstrijdregels, dat tevens voor scheidsrechters en coaches. Meer informatie zal op de trainingen gegeven worden door senseï Nathalie.

#### Onze website

<https://wordpress.gambarukarate.be/>

Gelieve daar regelmatig naar te kijken a.u.b., o.a. examendata, kata's en andere informatie. Daar staat nu ook het nieuwe examenprogramma op. Dus voor de leden, die examen willen doen, kijk goed wat U moet kennen.

Tevens is er een hoofdstuk, waar U filmpjes van de kata's kan vinden.

#### Kata 's:

Men kan onze kata's bekijken of aanleren via onze website ( zie iets hoger ) of via de volgende link ( wel in het Engels, maar zeer duidelijk te volgen ):

<https://www.youtube.com/watch?v=d64N600oGoM&list=PL527B5012043C3208&index=3>

Deze link verwijst naar de kata Heian shodan. Rechts van het beeld op Uw scherm vindt men alle links naar de andere kata's.

#### Examen:

Regelmatig houden we een clubexamen. Zo kunnen leden, die aan de gradatievoorwaarden voldoen, hier zonder lange wachttijd naar uitkijken. Het volgende examen zal doorgaan op **vrijdag 18 oktober en zaterdag 19 oktober 2024.**

**!!!! Voor de gevorderden: let op: jullie beoordeling voor de volgende gradatie gebeurt tijdens de trainingen in de weken of maanden, die vooraf gaan aan het examen.**

Het is belangrijk om voldoende trainingen te hebben om aan het examen te kunnen deelnemen. Hoeveel lessen je nodig hebt, lees je in onze examengids. Op de homepage van onze website : <https://wordpress.gambarukarate.be/> , scrol je naar beneden, naar extra info, examenprogramma en klik je op het rechthoekje “ ontdekken “. Voorin heb je hoeveel lessen je moet hebben. Scrol je naar onder dan zie je de inhoudelijke examenprogramma's.

Voor vragen hierover kan je bij de lesgevers terecht.

Let op: jyu ippon kumite en bunkai zijn verschillend. Van de examenkata moet je het verplichte aantal aangeleerde bunkai 's/ of zelf bedachte realistische bunkai 's kunnen uitvoeren op een realistische manier ( m.a.w. wij moeten kunnen zien of de technieken effectief zouden zijn, indien uitgevoerd zonder controle ) . Voor je graadverhoging wordt dit bekeken tijdens je trainingen. Jyu ippon kumite is een technische aanval- en verdedigingssimulatie. Hier mag je zelf je afweer, afhankelijk van de aanval van je partner, en tegenaanvallen kiezen, maar de technieken en de standen moeten correct zijn.

**Nota: Breng zeker je vergunningsboekje mee op het examen.** De ouders en familieleden zijn welkom om het examen bij te wonen in de sportzaal. We verwachten wel stilte en respect voor alle deelnemers.

### **Verzekering bij ongevallen**

Ieder lid is verzekerd als er tijdens de training een ongeval gebeurt, waarvoor een consultatie bij een geneesheer of bij Spoed nodig is. Gelieve tijdens de training of er na aan senseï Nathalie of een andere trainer de nodige formulieren te vragen om deze te laten invullen door Uw huisarts of door de geneesheer op Spoed.

### **Facebook-groep**

De club heeft een facebook-groep: **Gambaru Karate.**

Deze wordt ook gebruikt om inlichtingen door te geven. Elk lid of ouder kan zich bij deze aansluiten: als U op facebook actief bent en / of het vragen aan één van de beheerders ( Nathalie Van der Hallen, An Pedus, Mauro Van der Flaes, Kim Aerts, Werner De Vos).

### **Kyusho-jutsu & Dim-mak**

De website van Doragon Martial Science Academy: <http://doragonmsa.be/>

Deze site werd gemaakt door Els senseï. Voor alle leden zeker de moeite om deze site eens te bekijken.

### **Stages**

!!!!De Vlaamse karate Associatie organiseert regelmatig stages. Hiervan zal U op de hoogte gebracht worden via de nieuwsbrieven. Een aantal van die stages kan ook meetellen als een training voor de shodan shiken.

## Provinciale trainingen:

De Vlaamse karate Associatie organiseert regelmatig provinciale WKF en tevens VKA-trainingen.

Zij zijn toegankelijk vanaf minimum 7 ° kyu. Bij de trainingen waar vooraan een rood sterretje staat: die tellen mee voor de trainingen /en of stages die men moet hebben i.v.m. het examen voor een VKA dangraad. Gelieve steeds voor alle zekerheid de kalender op de website van de VKA ( <http://vlaamse-karate-associatie.be/> ) te raadplegen i.v.m. de uren.

**Uw vergunning wordt gescand voor de training en Uw aanwezigheid wordt automatisch geregistreerd. Dus zowel Uw lidboekje als de jaarlijkse lidkaart meenemen.**

**Kalender shodan shiken en provinciale trainingen: voor deze kalender wordt voor alle zekerheid ook verwezen naar de website van de Vlaamse Karate Associatie :**

**<http://vlaamse-karate-associatie.be/shodan-shiken/kalender>**

**Nota: vanaf volgend jaar zal een kandidaat , die niet geslaagd is, de volgende keer het volledige programma met kihon, kata en kumite opnieuw moeten uitvoeren, dus geen vrijstelling van een onderdeel meer. Dit telt vanaf het dan-examen van december 2024.**

★	za 21 sep. 2024	Grimbergen	VKA training	i
★	za 28 sep. 2024	Sportpark Hove	Prov training Antwerpen	i
★	za 05 okt. 2024	Sportpark Hove	Prov training Antwerpen	i
★	za 12 okt. 2024	Lokeren	VKA training shodan shiken	i
★	za 19 okt. 2024	Sporthal t'Veerleveld Kannunik P. J.Triest Zaffelare (Lochristi)	Prov training Oost Vlaanderen	i
★	za 26 okt. 2024	Sporthal Axion Zwaardvoerderspoor 1 2440 Geel	Provinciale training Antwerpen WKF	i
★	za 02 nov. 2024	Sporthal Stapveld Pastorijstraat 62 2590 Berlaar	VKA training	i
★	zo 15 dec. 2024	Zelee	Shodan shiken	
★	za 25 jan. 2025	Stapveld Berlaar	Prov training Antwerpen	

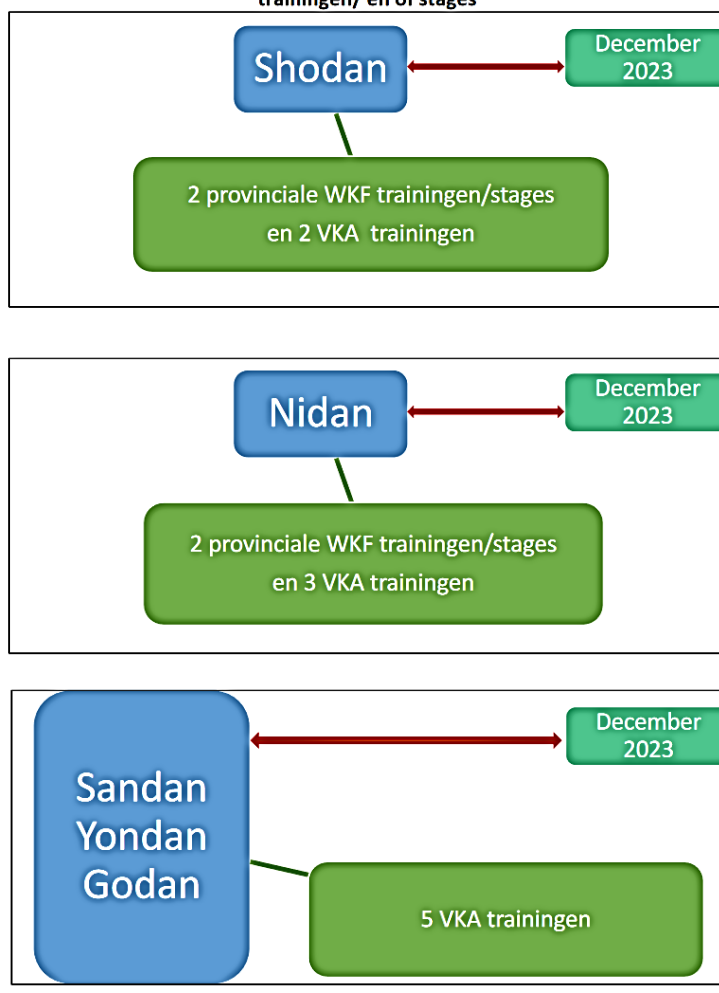
*Eén adres voor geldige trainingen :*

**<https://vlaamse-karate-associatie.be/shodan-shiken/kalender>**

*Voor de kandidaten 1ste dan zijn dat 2 provinciale en 2 VKA trainingen  
 Voor de kandidaten 2de dan zijn dat 2 provinciale en 3 VKA trainingen  
 Voor kandidaten vanaf 3de dan gelden enkel de VKA trainingen (5).*

#### Verplichtingen en voorwaarden voor Dangraden

Tussen elke graad voldoen aan de provinciale en VKA voorbereidings-  
 trainingen/ en of stages



*Deze gelden vanaf het examen in december 2023 en de latere examens.*

**Voor alle soorten informatie of vragen:**

Sensei Werner: [werner.de.vos@skynet.be](mailto:werner.de.vos@skynet.be)

Sensei Nathalie: [gambaru.karate@skynet.be](mailto:gambaru.karate@skynet.be) ( secretariaat )

Sensei Els : [els.dessin@gmail.com](mailto:els.dessin@gmail.com)

Sensei An: [an.pedus@telenet.be](mailto:an.pedus@telenet.be)

Website: <https://wordpress.gambarukarate.be/>

Oss

De lesgevers