



GKH jeugdstage

- Voor jeugd van 12 t/m 17 jaar -

Op **zaterdag 2 maart 2024** staat een GKH stage voor de jeugd van 12 t/m 17 jaar gepland bij dojo Kaizen in Zevenhuizen. Deze training zal worden verzorgd door Kyoshi Jan van den Dries (7^e dan) met assistentie van de Kaizen leraren Harold Brill Fuku Shidoin (2^e dan) en Jeffrey Richardson (1^e dan).

Tijdens deze karatestage voor oudere jeugd gaan we aan de slag met het Jiyu Kumite, wat 'vrij vechten' betekent. We zullen twee verschillende vormen beoefenen: Jiyu Kumite volgens het puntensysteem en Gojukai Jiyu Kumite.

Jiyu Kumite volgens het Puntensysteem:

Hierbij draait het om het scoren van punten, waarbij de afstand tot je tegenstander zodanig is dat het raken met een techniek daardoor wordt bemoeilijkt. Dus snel binnendringen met een techniek en weer snel uitstappen. De stoottechnieken die bij deze vorm worden gebruikt zijn vrij simpel en in het algemeen rechtlijnig, dit in tegenstelling tot de beentechnieken. We spreken hier over sportkarate.

Gojukai Jiyu Kumite:

Bij deze specifieke stijlform gaat minder om het scoren van punten en winnen. De afstand tot je tegenstander is kleiner dan bij het puntensysteem. Je staat dicht bij je partner en mag meer verschillende technieken gebruiken, waaronder openhandtechnieken, elleboogtechnieken, lage trapttechnieken en knietechnieken. Er wordt niet gestopt na het raken of geraakt worden. Controle is bij deze vorm van kumite heel belangrijk.

We hopen je hier te zien voor een ochtend vol karateplezier en leerzame momenten.

Tijden

Aanwezig: 09:45 uur
Training: 10:00-12:00 uur

Kosten

De kosten voor deelname aan dit evenement zijn €5,- per persoon.

De betaling dient 1 week voorafgaand aan het evenement, dus **uiterlijk 24 februari**, te zijn ontvangen door de GKH. Betaling door de deelnemers verloopt via de eigen dojo.

Inschrijven

Inschrijven voor deze dag kan tot **uiterlijk 24 februari** bij de eigen dojo-instructor onder vermelding van de volgende gegevens:

- Dojo
- Naam

GOJUKAI KARATE-DO HOLLAND
Stichting voor traditioneel Goju-Ryu Karate-do

- Leeftijd
- Graad
- Nummer v mobiele telefoon (i.v.m. bereikbaarheid bij noodgevallen)
- E-mail adres (i.v.m. bereikbaarheid voorafgaand aan het evenement in het geval van bijzonderheden)

Deze gegevens worden in het kader van dit evenement gedeeld met de GKH. Na afloop van het evenement worden de gegevens weer verwijderd.

Let op! Inschrijving betekent dat betaling van de kosten van deze stage verschuldigd is. Het is niet mogelijk om het inschrijfgeld retour te ontvangen.

Locatie / navigatieadres:

Sport en Cultureel Centrum Swanla
Burgemeester Klinkhamerweg 86
2761 BJ Zevenhuizen

Contact:

Nog vragen/opmerkingen op de dag zelf? Neem contact op met:

Harold Brill Fuku Shidoïn, dojo-instructor van Gojukai Karate Kaizen – 06 51 23 45 17