



BUDOVETERANEN

Herbeleving van mijn Budo(leven)

JUDO | JIUJITSU | AIKIDO

Nationale Veteranenwerkgroep (NVWG)

Aanvang: JBN-Budo totaal NVWG & NVJL

Demonstraties / Clinic's Sydneyzaal

Bedoeld voor alle budo leraren en de budoka veteranen vanaf ca. 30 jaar.

** Start dezelfde tijd met praktijksessie*

***11.30 - 12.00 uur: Lezing 1 door Rolf Tijssen (voor leraren en belangstellenden)**

Bewust worden en in eigen kracht staan.

***12.00 - 12.30 uur: Lezing 2 door Richard de Bijl en Robbert v.d. Geest**

Vernieuwde vorm, jeugd randori (voor leraren en belangstellenden)

11.30 - 12.00 uur: Praktijk sessie 1 door Marcel Mutsaarts (voor iedereen)

Aikido clinic met team Marcel Mutsaarts e.a

12.00 - 12.30 uur: Praktijk sessie 2 door Ad Rebel (voor iedereen)

Dan graden examen eisen: houdgrepen, variaties en bevrijdingen

12.30 - 12.50 uur: Demo door Edgar Kruyning

Grappling met team Edgar Kruyning

12.55 - 13.10 uur: Demo door Gé van den Elshout en Piet de Jong

Goshiki no kata (in harnas)

13.15 - 13.45 uur: Clinic door Hendrik Koppe (voor iedereen)

Veteranen wedstrijd judoka met team Hendrik Koppe e.a

13.50 - 14.05 uur: Demo door team Hans Roos

Kobudo met team Hans Roos

14.10 - 14.25 uur: Demo door Ad Rebel

Gonosen jeugdteam Ad Rebel

14.30 - 14.40 uur: Demo door Richard de Bijl en Ad Rebel

Uitbreiding van het Itsutsu no kata

14.45 - 15.15 uur: Praktijk sessie 3 door Wim van Vorstenbos (voor iedereen)

Jiu Jitsu is totaal bewegen enleuk

15.15 - 15.45 uur: Praktijk sessie 4 door Karel Gietelink (voor iedereen)

Doorzettingstechnieken bij judo wedstrijdtraining

15.45- 16.00 uur: Demo *Ju no Kata* door Farhad Shakibi en Bijan Vazifeshenas

MELD JE GRATIS AAN ALS BUDO VETERAAN

Willem van Boesschoten (ZH), Lex van Heumen (MN),
Dick Mulder (ZH), Albert te Pas (ZH)

budoveteranen@gmail.com