

Enkele belangrijke data om rekening mee te houden

Tijdens de vakantiemaanden zullen de trainingen gewoon doorgaan behalve tijdens de volgende data:

- ☉ zaterdag 18 juli en dinsdag 21 juli is er GEEN training (uitstap naar Cochem)



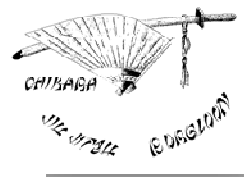
Tevens zullen er twee zomerstage dagen zijn waarop iedereen welkom is:

- ☉ zaterdag 11 juli: van 13u00 tot 16u00 in Perwez (geen training in Borgloon)
- ☉ zaterdag 01 augustus: van 13u00 tot 16u00 in Jeugdhuis Aurora (gevolgd door kleine BBQ)
- ☉ verdere info zal nog gegeven worden door de Sensei.



'AVOND DER KRIJGSKUNSTEN'

- ☉ zaterdag 03 oktober
- ☉ !!!! tijdens dit evenement zullen we ieders hulp hard kunnen gebruiken



Clubblad Jiu-Jitsu CHIKARA

Trainingen : dinsdag 19u30 – 21u00
zaterdag 13u30 – 15u00

Jaargang 1 editie 7

Beste sportvrienden Jiu-Jitsu club Chikara

De zomervakantie staat weer voor de deur. Voor velen onder ons de tijd om op reis te gaan.

Voor diegene die echter niet weg gaan, geen nood onze trainingen gaan gewoon door. Verderop in deze uitgave zul je enkele belangrijke data terug vinden waarmee rekening dient gehouden te worden.

Tevens bieden we een overzicht van de verschillende vormen van jiu-jitsu.

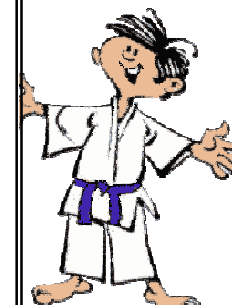
De redactie

Weet je een goed verhaal, ken je een gedicht, heb je mooie foto's, stuur ze naar ons gekend email adres

Email: tommy@ua-prisma.be

NIET VERGETEN
'Avond der Krijgskunsten'
zaterdag 03 oktober

**We hebben jullie hulp hard nodig
om van die dag een groot succes
te maken**



柔術

De verschillende vormen van het jiu-jitsu

Mop van de maand

Een Japanner en een Belg zitten in een cafe te praten over cultuur verschillen. Op een gegeven moment geeft die Japanner die Belg een onwijze klap in zijn nek. Na een minuutje of vijf staat die weer en vraagt wat dit in godsnaam moet voorstellen. 'Dat is karate' zegt de Japanner, 'dat komt uit Japan'. Boos gaat de Belg weer zitten aan de bar. Een tijdje later geeft die Japanner hem een enorme heupzwaai. Kreunend en nu nog bozer staat de man weer op en vraagt wat dit dan wel niet moet voorstellen 'Dat is Judo, komt uit Japan'. De Belg heeft het nu behoorlijk gehad en loopt naar buiten. Een tijdje later komt hij terug met een ijzeren voorwerp in zijn hand. Hij ziet de Japanner nog aan de bar zitten, en geeft hem een enorme slag met het voorwerp. Na een half uurtje komt de Japanner weer een beetje bij en ziet de Belg staan. 'Dat was de krik uit mijn Toyota' zegt hij 'komt ook uit Japan'



In het plaatje hierboven bevinden zich twee figuren. Een mannetje dat de saxofoon speelt en het gezicht van een vrouw.



Wat zie je in de bovenstaande illusie, een mooie jonge dame of een oude vrouw?

Traditioneel jiu jitsu

Combinatie van jiu-jitsu, judo, karate en aikido technieken. Het is een van de compleetste vechtsporten van deze tijd. Zowel staand als op de grond moet je over een grote hoeveelheid technieken beschikken om je tegenstander te kunnen verslaan.

Brazilaans jiu jitsu

Je kan het vergelijken met judo. Stoten en trappen horen hier niet bij. Je begint staand en probeert je tegenstander d.m.v. een worp naar de grond te brengen om dan daar een wurggreep of klem aan te zetten. Je kan punten winnen door zoveel mogelijk posities te wisselen waarbij je je tegenstander onder controle houdt.

Kenjutsu

Het is de traditionele Japanse zwaardvechtkunst. Hier leer je hoe je met een zwaard moet omgaan. Je begint met een houten oefenzwaard, de boken. Kenjutsu werd rond 1300 in Japan ontwikkeld. Het Kenjutsu bestaat voornamelijk uit "snijdende" technieken. Er wordt dus niet gehakt. Doordat het nogal wat tijd en heel veel oefening vergt om een goede slag te kunnen maken met een zwaard, wordt er veel tijd besteed aan de verschillende slagen, houdingen en verdedigingen.

Aikijitsu

Het is een vechtsport waarbij "balans" een essentiële rol speelt. Met balans wordt zowel psychisch als lichamelijk bedoeld. Aiki-jitsu wordt aanzien als zeer effectief om jezelf te verdedigen. Het is een kruising tussen aikido en jiu-jitsu. Met deze vechtsport leer je hoe je jezelf kan verdedigen tegen grotere en sterkere tegenstanders. Hierbij maak je gebruik van worpen, klemmen, drukpunten, verwurgingen, stoten en trappen. Ook het verdedigen tegen wapens is hierbij

Tai-jitsu

Tai -jitsu betekent letterlijk lichaamskunst. Het is de ongewapende vechtkunst van de ninja. Ze leerden zo vechten tegen zowel gewapende als ongewapende tegenstanders. Tai-jitsu is een zeer praktische stijl, gericht op echte gevechten, waarbij getracht wordt, om zo direct mogelijk een tegenstander uit te schakelen/controleren. Door technieken uit de sport judo, jiu-jitsu, aikido en kendo te combineren krijg je een zeer effectieve stijl. De stijl is erop gericht om de tegenstander maximaal te controleren, door een minimum aan inspanning.