

Data

- Zondag 01 april 2012
nationale training Glabbeek
van 10h00 tot 11h30
- zaterdag 07 april 2012
stage in sporthal Alken van 14h00 tot en met 17h00
Deelname prijs: 5 euro
(dit is ter vervanging van onze zaterdagtraining)
- zondag 13 mei 2012
nationale training Molenbeek
van 10h00 tot 11h30
- zondag 20 mei 2012
Nationale stage Molenbeek
van 10h00 tot 13h00
Deelname prijs: 10 euro

Mopje van de maand

Een oude dame stapt in de lift van een geweldig chic flatgebouw. Een mooie jonge dame stapt ook de lift binnen en verspreid een sterke parfumgeur. Ze bekijkt de oude dame met een arrogante blik en zegt tegen haar: "Romance" van Ralph Lauren, 150 euro per flesje. Op de volgende etage stapt een andere mooie jonge dame in de lift en verspreid eveneens een sterke parfumgeur. Ze bekijkt de twee andere vrouwen met een geweldige koele blik en zegt: "No.5" van Chanel, 300 euro per flesje. Drie etages later stapt de oude vrouw uit de lift. Voor ze uitstapt bekijkt ze de 2 mooie meisjes, laat een geweldige scheet en zegt: "Bruine bonen" van HAK, 99 eurocent per pot.



Clubblad Jiu-Jitsu CHIKARA

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

Plaats : Jeugdhuis Aurora Borgloon

Jaargang 4 editie 04

Beste sportvrienden Jiu-Jitsu club Chikara

Wat vinden we deze maand in ons boekje?

Onze leden blijven sportief scoren, ook de jongere onder ons.

En we konden niet achterblijven daarom heeft onze club nu ook een plaatsje gevonden op facebook (voor verdere informatie kun je onze website raadplegen).

De redactie

Vergeet niet moest je iets weten om te vermelden in ons clubblad stuur het door naar onderstaande email.

Email: tommy.hoebregs@telenet.be

Website:- www.jiujitsu-chikara.be



柔術

Enkele nieuwe technieken



tori heeft juseki rechtvoor



tori heeft juseki links



tori heeft juseki rechtvoor

AANDACHT :

wil je deze technieken uit proberen op training steeds toezicht van de sensei vragen

Onze sensei de ballettoer op



Steve en Danny fier hun oranje gordel omknopend

