

Data

Nationale training:

- zondag 07 april 2013: Glabbeek van 10h00 tot 11h30
- zondag 05 mei 2013: Landen van 10h00 tot 11h30

Dan examens:

- zondag 21 april 2013: Borgloon vanaf 10h00

De monnik en de samurai

Een grote, stoere samurai ging op bezoek bij een klein monnik. "Monnik", zei hij, met een stem die gewend was aan direct gehoorzaamheid, "Leer mij over hemel en hel!"

De monnik keek naar de machtige krijger op en antwoordde met uiterste minachting, "Jou over hemel en hel leren? Ik kan jou helemaal niets leren. Je bent vies. Je stinkt. Je zwaard is roestig. Je bent een landloper, een schande voor de samurai klasse. Ga weg. ik kan je niet langer aanzien."

De samoerai werd woedend. Hij begon te trillen en werd helemaal rood. Sprakeloos van woede trok hij zijn zwaard en hief het boven zijn hoofd, klaar om de monnik te doden.

"Dat is de hel," zei de monnik zachtjes.

De samoerai was overweldigd. De compassie en overgave van deze kleine man, die bereid was zijn leven te geven om hem de hel te leren!

Langzaam legde zijn zwaard neer, vol dankbaarheid, en helemaal rustig.

"En dat is de hemel," zei de monnik zachtjes.



Clubblad Jiu-Jitsu CHIKARA

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

Plaats : Jeugdhuis Aurora Borgloon

Jaargang 5 editie 04

Beste sportvrienden Jiu-Jitsu club Chikara

Een dikke proficiat voor ons jongste lid die een mooi examen aflegde voor het behalen van zijn oranje gordel.

In onze sport riskeren we dat er gewrichten uit de kom kunnen geraken, hoe gaan we daarmee om?

En er blijft natuurlijk onze website die constant aangepast wordt.

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

Schouder uit de kom

Elk jaar worden duizenden sporters behandeld voor een schouder-, arm- of handblessure.

Een ontwrichting (gewricht uit de kom) kan ontstaan door een korte ruk aan de armen of benen. Een ontwrichting gaat ook vaak gepaard met schade aan de omliggende weefsels zoals spieren, zenuwen, bloedvaten of de huid.

Verschijnselen ontwrichting

Het slachtoffer heeft veel pijn;

Het slachtoffer gebruikt de ontwrichte arm helemaal niet;

Bij het gewricht is een duidelijke vormverandering zichtbaar;

De ontwrichte arm hangt bewegingsloos langs het lichaam;

Er kan ook een wond zijn op de plaats van de ontwrichting;

Na enige tijd ziet u blauwe verkleuringen op de plaats van de ontwrichting. Dit zijn kneuzingen;

Het wit verkleuren van de vingers is een zeer ernstige situatie. Er zijn mogelijk bloedvaten met de ontwrichting afgeknelnd. Snelle professionele hulp is nodig!

Doen bij ontwrichting

Bel 112. Het zelf vervoeren van het slachtoffer kan erg pijnlijk en gevaarlijk zijn.

Laat het slachtoffer in een zelf gekozen houding zitten of liggen.

Stel het slachtoffer gerust en doe verder zo weinig mogelijk.

Indien het mogelijk is, afhankelijk van de pijn, kan een smalle of brede das worden aangelegd bij een schouder of elleboog ontwrichting.

Dek een eventuele wond steriel af.

Probeer nooit een ontwricht lichaamsdeel in de 'normale' stand te brengen!

Hiermee kunt u omliggend weefsel (zoals bloedvaten en spieren) ernstig beschadigen of juist afknellen.

Proficiat aan Ynse



Goed gedaan Ynse,

Nu goed verder trainen
voor je groene gordel

Mopjes

Waarom verstop je je oude schoolrapporten?

Uit voorzorg. Mijn zoon leert lezen!

Papa, wat is een koning?

Een koning is een persoon wiens gezag eigenlijk onbeperkt is, wiens woord wet is en aan wie iedereen moet gehoorzamen.

Papa, is mama dan een koning?

Een oude pastoor stapt de bus binnen.

Alle plaatsen zijn bezet. Een jongeman stapt op, maar de pastoor duwt hem terug op zijn plaats.

"Nee beste kerel. Een man van de kerk is er om anderen van dienst te zijn. En niet andersom."

De bus rijdt verder. Weer staat de jongen op en weer duwt de pastoor hem terug op zijn plaats. "Ik ben dan wel oud, maar ik kan best op mijn eigen benen staan."

Dat voorval herhaalt zich nog enkele keren tot de jongeman wanhopig uitroept: "*Laat u mij nu eens eindelijk door. Ik had al vijf haltes eerder moeten uitstappen!*"