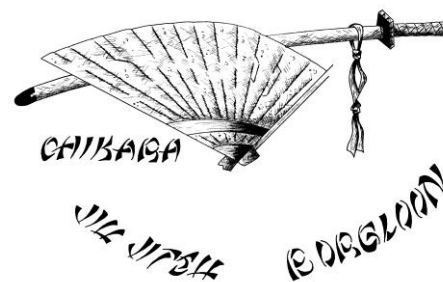


## AGENDA.

- ❖ 06september tot en met 13 september week van de sportclub.
- ❖ 07 september nationale training te Sint-Truiden van 10u00 tot 11u30.
- ❖ 05 oktober nationale training te Dilbeek van 10u00 tot 11u30.
- ❖ 19 oktober Dan-examen te Borgloon van 10u00 tot ....
- ❖ 09 november nationale training & Dan-uitreiking te Borgloon van 10u00 tot 11u30.
- ❖ 30 december eindejaarsfeestje na de les.



## Clubblad Jiu-Jitsu CHIKARA

Trainingen : dinsdag 19u30 – 21u00  
zaterdag 13u30 – 15u00  
Plaats : Jeugdhuis Aurora Borgloon

Jaargang 6 editie 09

Beste sportvrienden Jiu-Jitsu Chikara

- ❖ De nationale training gaat door op 07 september 2014 in de sporthal te Sint-Truiden Olympialaan 10 3800 Sint-Truiden van 10u00 tot 11u30.
- ❖ Denk er ook aan om de **verzekering** en het lesgeld te betalen voor trimester 3 (september, oktober, november en december).

Er blijft natuurlijk ook onze website.

De redactie

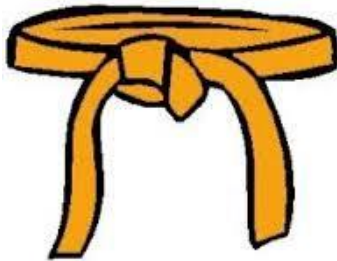
Vergeet niet moest je iets weten om te vermelden in ons clubblad stuur het zeker door naar onderstaand emailadres.

Email: [yvan.duerinckx@skynet.be](mailto:yvan.duerinckx@skynet.be)  
[tommy.hoebregs@telenet.be](mailto:tommy.hoebregs@telenet.be)

Website: [www.jiu-jitsu-chikara.be](http://www.jiu-jitsu-chikara.be)



## Betekenis van de gordel kleuren.



### De witte gordel

De beginneling die nog zuiver van geest is, en die niets weet.

### De gele gordel

Is de kleur van het goud, dat in de grond rust en duidt op het zware werk dat er nog nodig zal zijn om te kunnen slagen.

### De oranje gordel

Is de kleur met de vraag om doorzetting, de vraag om tot iets te komen in de Jiu-Jitsu sport.

### De groene gordel

Vertegenwoordigt de groene kleur van de planten en de bomen en duidt op de groei en de wil om nog verder te groeien naar grotere hoogte.

### De blauwe gordel

Is de kleur van de hemel, welke hoger gelegen is dan om het even welke boom. Een hoogte die waard is om te bereiken.

### De bruine gordel

Duit op de gloei van de zon, hoger gelegen dan de hemel, die door haar gloei de bron is van alle leven, alle groei en warmte.

### De zwarte gordel

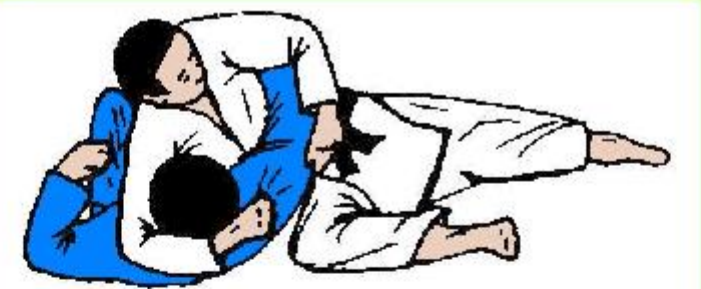
Is de combinatie van alle kleuren van de wereld, die nog duidt op de onvolleerdheid van de drager hiervan.

### Dan-graden

Elke drager van een Dan erkenning zal trachten het weinige dat hij kent nog te verrijken, en dit na vele jaren over te dragen op zijn volgelingen

## Enkele houdgrepen.

### Kesa-gatame



### Kata-gatame



### Kami-shiho-gatame



