

Tatami

01-04-2011

Data

Sponsorloop 9 april
Geen les 22 april
Banden en slippen examens 28 mei

Judopakken te koop

Wij hebben nog een aantal 2e hands judopakken te koop. Tijdens de sponsorloop kun je de pakken bekijken, passen en kopen.

Website Budokai

Onze website is de laatste tijd vernieuwd en ziet er nu weer een stuk beter uit. Alle informatie is netjes 'up to date' zoals dat heet. Er staan veel foto's op van de afgelopen wedstrijden en je vind er de uitslagen en datum van de eerst volgende activiteit. Het beste compliment voor de website beheerders is veel 'hits', dus neem nog eens een kijkje op www.budokai.nl

Geen Judopakken buiten de mat!

Het judopak is wit. Er is voor die kleur gekozen omdat dit 'reinheid' uitstraalt, dus schoon en fris.

Nu breekt de lente aan en is het weer een stuk warmer buiten, maar toch: *Het is absoluut verboden volgens de Judo regels om het pak aan te hebben als je niet met judo bezig bent.* Doe je judopak dus pas aan in de kleedkamer en niet thuis!

Lidmaatschap Judo Bond Nederland

Het is belangrijk om ook lid te zijn van de Judobond Nederland omdat...:

- je dan aan meer wedstrijden mee kunt doen;
- je banden geregistreerd staan;
- Je elke maand een leuk blad krijgt.

Spreekbeurttas weer inleveren!

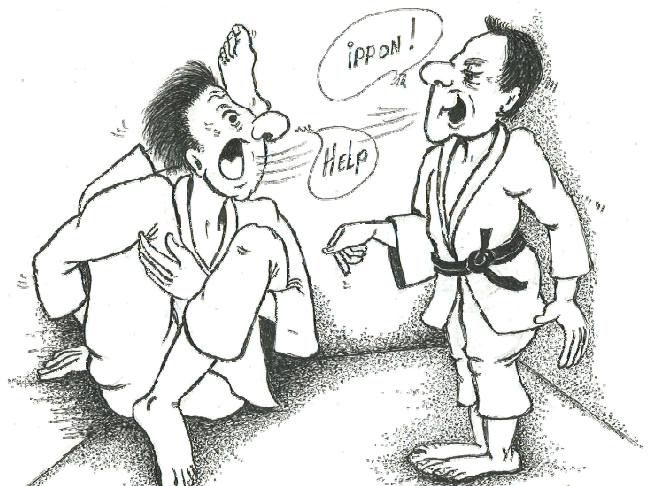
Wil iedereen die een tas heeft geleend met informatie voor een spreekbeurt deze zo snel mogelijk weer inleveren?

Techniek: 'De pakking'

De 'pakking' is de manier waarop je de andere judoka vastpakt. Bij de eerst judolessen heeft iedereen geleerd dat je 1 hand in de kraag vastpakt en 1 hand bij de mouw, op de bovenarm. Maar er zijn nog veel meer 'pakkingen' mogelijk. Zo kun je de tegenstander ook bij beide mouwen vastpakken en kun je wisselen tussen links en rechts. Als je iemand ver van zijn middel vasthoudt, dus bijvoorbeeld bij zijn pols, dan kun je iemand makkelijk rond laten draaien. Als je iemand bij zijn schouder pakt, is naar voor en naar achteren duwen makkelijker. Probeer in de les maar eens verschillende pakkingen uit, je zult zien dat het veel verschil kan maken!

Links

Heb je ook een leuke link, of heb je een homepage, laat het ons even weten.
www.budokai.nl; judo.pagina.nl;
budo.pagina.nl; www.jbn.nl;
www.judoinfosite.nl



Postadres **Tatami**:
Anemoonstraat 59
7531 DB Enschede.
o.v.v. "Tatami"

Postadres **Budokai Glanerbrug**:
W.C. Schoutenstraat 12
7532 XX Glanerbrug.
o.v.v. "Budokai Glanerbrug".
Telefoon: 053-4612981