



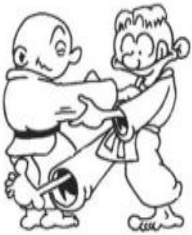
Budo Gouweleeuw



- Nieuwsbrief oktober 2011 -

Vrijwilligers zijn nog steeds van harte welkom. Om de vereniging goed te laten draaien, en dat is meer dan alleen de lessen, kunnen we nog steeds mensen gebruiken. Schroom niet en stap naar Lars Gouweleeuw, naar iemand achter de receptie of neem contact op via de email info@budogouweleeuw.nl en meld je aan. Vele handen maken het werk lichter!

Wist je al?



- **Dat het algemene telefoonnummer gewijzigd is naar 06 - 83 65 56 69?**
- Dat we alweer 2 maanden trainen na de zomervakantie?
- Dat het vierde kwartaal is begonnen, dus is de **contributie voldaan** moet zijn?
- Dat bij de receptie sweaters en polo's te koop zijn met het embleem van onze club?
- Dat ze respectievelijk 29,00 en 19,95 euro kosten?
- Dat de actie van Plus Panis ons 320,71 euro heeft opgeleverd?
- Dat we daar spelmateriaal voor gaan kopen dat tijdens de les gebruikt gaat worden?
- Dat de wedstrijdjudoka's een polo en trainingspak hebben gekregen met het embleem

van de club erop?

- Dat in de herfstvakantieweek de lessen gewoon doorgaan?
- Dat op de site de allernieuwste informatie te lezen is?

Herfstvakantie

De trainingen zijn al weer twee maanden bezig. Met de natte zomer van 2011 lijkt het wel langer geleden dat we lekker in de zon hebben gezeten, terwijl de herfst nu pas echt gaat beginnen. Een aantal budoka's zijn na de zomer in een nieuwe groep gestart. Dat is weer even wennen, grotere maatjes, meer zweten en misschien een andere trainer. Zo is er plaats gemaakt voor nieuwe leden met name voor de allerkleinsten.

Nu de herfstvakantie voor de deur staat, is het weer tijd voor een nieuwsbrief. We hebben al heel wat activiteiten gehad en er staan er weer een aantal op stapel. Met de nieuwsbrieven en onze website houden we jullie op de hoogte.

En in de vakantie gaan de trainingen gewoon door. Dus als je niet weggaat ben je van harte welkom op de Bilderdijkhof.

Algemene Ledenvergadering

Bij een vereniging hoort een jaarlijks terugkerende ledenvergadering. Op donderdag 27 oktober zal voor de derde keer de ALV worden gehouden, net als vorige keer de Vierhovenkerk. De uitnodiging hiervoor is bij deze nieuwsbrief gevoegd. Tijdens de ALV zal het bestuur vertellen wat er afgelopen jaar zoal is gebeurd en wat er komend jaar staat te gebeuren en mogelijk ook verder in de toekomst kijken. Het is belangrijk dat de leden laten horen wat ze van de vereniging willen, dus kom donderdag 27 oktober naar de ALV.

Delfiade en Open Dag

Op 10 september hebben we Budo Gouweleeuw middels een kraampje vertegenwoordigd op de Delfiade, binnen het Japan project Deshima. Project Deshima was rond het Doelenplein opgezet. Helaas bleek dit een toch een beetje te ver buiten de route van de Delfiade te liggen, hetgeen resulteerde in weinig aanloop. Wel hebben we veel kunnen opsteken van deze eerste ervaring en inspiratie opgedaan voor volgend jaar.

Op 17 september vond de allereerste 'open dag' plaats bij onze vereniging. Bezoekers hebben kunnen genieten van een judo les voor de jeugd, judo en jiu-jitsu demonstraties zowel in kata vorm als eigen werk voor een dan examen. Het was een erg leuke middag al hopen we in het vervolg op een grotere opkomst van niet c.q. aspirant leden.

Bij deze willen we iedereen die zijn steentje bijgedragen heeft tot het mogelijk maken van de Delfiade en de open dag enorm bedanken voor hun inzet!

Ninja-nacht

Op zaterdag 22 oktober kunnen judoka's van 11 jaar en ouder meedoen aan de ninja-nacht. Je moet wel tegen een stootje kunnen en niet bang zijn om vies te worden. De ninja-nacht vindt plaats in het Kerkpolder vanaf 20:00 uur en duurt tot ongeveer 23:00 uur. Na een dappere strijd tussen groepjes budoka's en met de rondsluipende super ninja's kun je even bijkomen onder het genot van een lekkere kop warme soep en broodjes.

Yogales

Op zaterdag 15 oktober zal er van 14:00 tot 16:00 een gastles Kundalini yoga gegeven worden door Erik de Leeuw. Deze les is toegankelijk voor iedereen, ook voor niet-leden. Het doel van deze les is je geest kalmeren en je intuïtie ontwikkelen d.m.v. lenigheid, kracht, concentratie en discipline. Kennismaken met fysieke en geestelijke mogelijkheden en grenzen en het verkrijgen van innerlijke rust en helderheid. Kortom nuttig voor iedereen! De belangstelling is zo groot, dat de inschrijving niet meer mogelijk is!

Seniorenlessen judo en jiu-jitsu



Zin om te gaan judoën? Ook na de vakantie zijn er op maandagavond nog plaatsen beschikbaar voor ouders die op een rustige manier op latere leeftijd zelf willen kennismaken met judo en / of jiu-jitsu. Van 20:15 tot 21:15 uur geven Joop en Michel les aan een enthousiaste groep beginnende judoka's. Van 21:15 tot 22:15 uur is er een jiu-jitsu les onder de bezielende leiding van Ron de Leeuw. Kom eens kijken of volg een proefles. Voor meer informatie kun je terecht bij de receptie.

JUDO

Wedstrijdgroep

Onze jongere wedstrijdjudoka's zijn weer volop en met succes in actie op diverse externe toernooien. Zij trainen daarvoor een aantal keren per week. Heeft uw dochter of zoon ook interesse om mee te doen met wedstrijden overleg dat met één van onze docenten. Zij kunnen aangeven welke regels daarvoor binnen onze club gelden. Onze wedstrijdjudoka's hebben nu ook een nieuwe outfit, zodat ze zich nog beter kunnen presenteren op toernooien.

Voorlichtingsavond wedstrijdreglement

Voorafgaand aan de onderlinge wedstrijden zal er op donderdag 3 november wederom een instructie avond gegeven worden voor clubscheidsrechters en tijdwaarnemers. Iedereen die geïnteresseerd is in het wedstrijdreglement en het een en ander op wil steken over puntentelling, wat wel en niet mag, enz is van harte welkom op deze avond!

Onderlinge wedstrijden

Op 11 en 12 november zullen weer de onderlinge wedstrijden gehouden gaan worden. De inschrijfformulieren worden tijdens de lessen uitgedeeld. Zorg ervoor dat je je bij inschrijving meteen laat wegen en natuurlijk betaalt. We willen zoveel mogelijk leden op de wedstrijden zien. Je maakt echte wedstrijdjes en voor iedereen is er een prijs! De inschrijving voor de onderlinge wedstrijden sluit op zaterdag 29 oktober!

Dojo assistent

Binnenkort wordt gestart met de interne opleiding voor dojo-assistent. Dit is een opleiding van de Judobond binnen Budo Gouweleeuw om leden op te leiden, die docenten gaan assisteren bij de judolessen. Met name bij de allerkleinsten zijn de groepen vaak zo groot, dat het voor één leraar moeilijk is alle judoka's voldoende aandacht en instructie te geven.

De assistent in opleiding moet 2 proefrondes doorlopen namelijk assisteren bij judolessen en trainingen en assisteren bij judotoernooien. Belangstelling? Geef u op via de receptie.

JIU JITSU

Aikido

In het nieuwe seizoen zullen de jiu jitsuleraren een stage met een aikidoleraar organiseren. Ook judoka's die geïnteresseerd zijn kunnen meedoen. Meer informatie volgt via de site en op het prikbord.



Alle INFORMATIE over geplande ACTIVITEITEN en / of WEDSTRIJDEN kan je vinden in de infomap en staan ook op de website. Kijk iedere week even op: www.budogouweleeuw.nl Er staat vast ook iets voor jou op! Deze nieuwsbrief is ook terug te lezen op onze website.

De redactie van Budo Gouweleeuw, telefoon receptie is **gewijzigd in 06 - 83 65 56 69**.
Ons email-adres is info@budogouweleeuw.nl