

Het Funakoshi boekje

Funakoshi



Een boekje voor ECHTE karateka's!!

Intro

Hallo allemaal!

De maand oktober was een actieve maand voor onze clubleden.

We deden een intensieve wafelverkoop en kregen een nieuwe dojo in Vorst.

Hebben jullie nog vragen of wil je iets leuks vertellen?

Stuur dan een mail naar d_caers@hotmail.com.

En wie weet komt jouw vraag in het volgende boekje.

Voor de rest, veel leesplezier!!

Trainingsuren November

Training in Stelen

Maandag

Van 19u tot 20u tot -12 jarige

Van 20u tot 21u vanaf 12 jarige (training met Shihan)

Donderdag

Van 20u tot 20u30 (Bo training)

Van 20u30 tot 21u30 (training met sensei Marius)

Vrijdag

Van 19u tot 20u tot -12 jarige

Van 20u tot 21u30 vanaf 12 jarige

Training in Vorst

Woensdag

Van 18u tot 19u

Belangrijke datum!!!

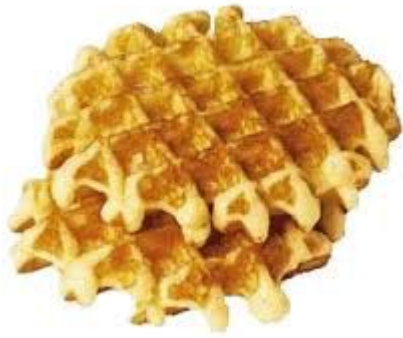
Graderingen zijn voorzien op **30 November om 19u.**

De karateka's die gaan graderen moeten minstens 15 min op voorhand aanwezig zijn met hun karateboekje. En alle vergunningen en training en lidgeld moeten in orde zijn. Sta je achter met het trainingsgeld kan je **NIET** graderen!!!

Alvast veel succes!!



Een korte samenvatting van de wafelverkoop door ARNO WUYTS



de wafel verkoop!!!

Bedank allemaal om zo goed te helpen met de wafel verkoop.

Er zijn wel 20 van de 45 zonder onze goede en geweldige steun verkocht.

En natuurlijk na veel rond lopen een lekkere pannenkoek eten.

Wafelverkoop

Na enkele weken voorbereiding was de dag eindelijk aangekomen.

We verzamelde ons in Stelen, de een wat meer verslapen als de andere. Maar uiteindelijk was iedereen paraat en klaar om ons beste beentje voor te zetten. We verzamelde alle soorten vervoersmiddelen van auto tot gocart. En maakte zelfs een standje bij de kerk in Stelen.

Na enkele uurtjes en veel avontuur zat ons zware werk erop en konden we gaan smullen van onze pannenkoeken.

Het was een leuke en productieve dag.

Nogmaals heel hard bedankt aan de karateka's die een handje geholpen hebben!!



Interview

Elke keer doen we een interview met een bekende/leuke karateka, wie is het deze keer?



Naam: Van Eynde Koen

Geboorte datum: 24-02-1971

Plaats van training: Okinawa Herentals

Hoe lang doe je al karate en hoe komt het dat je karate bent gaan doen ?

Ik ben begonnen met karate op 28-04-1986 (26 jaar geleden)

Ben met vrienden eens gaan kijken naar een training en zo stilletjes aan ermee begonnen (eerst een paar trainingen geprobeerd en de microbe te pakken gekregen)

Begonnen in Olen ,mee verhuisd naar Geel en dan verder naar Meerhout (goju-ryu stijl)

Nu enkele jaren al actief in herentals (shotokan)

Hoe bereidt je jezelf voor op een gradering?

Door veel lessen te volgen (trainingen) en af en toe na de training nog wat kata s en bunkais doornemen en thuis wat oefeningen doornemen

Welke wedstrijd/reis heb je de mooiste herinnering aan en waarom net die?

Wedstrijd: waarschijnlijk de eerste wedstrijd waar dat ik een podium prijs behaald heb

Reis:Ravensburg (stage) kan je trainen met topatleten en krijg je les van trainers die een national team trainen of getraind hebben (trainers van Japan,Duitsland,italie,Frankrijk,england,Zwitserland,...)

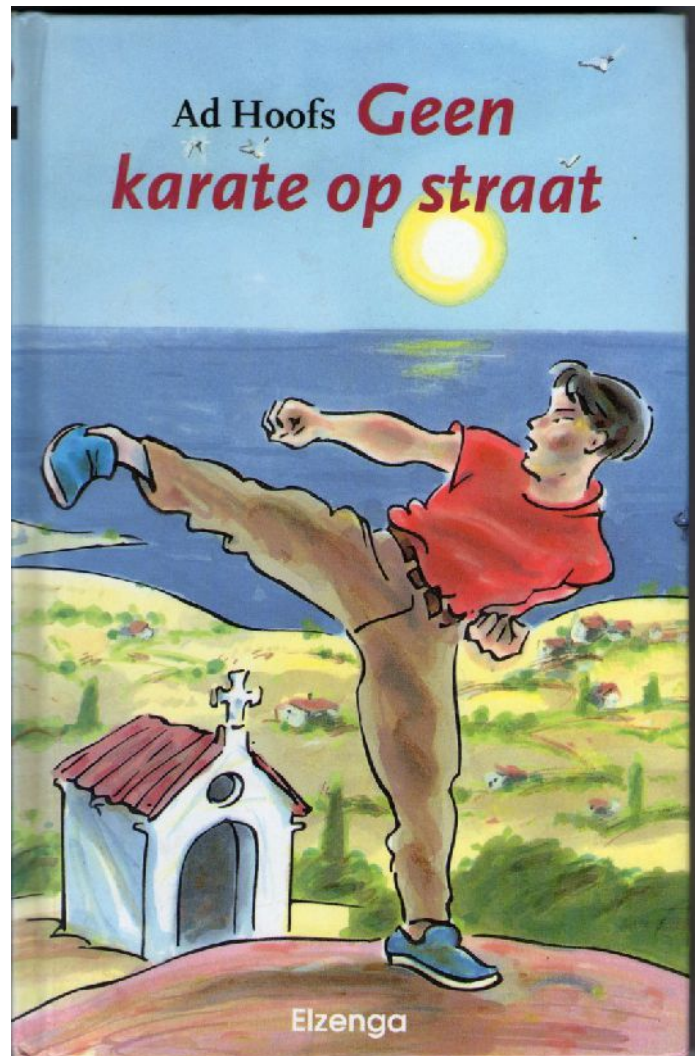
Heb je nog tips voor onze jonge karateka's?

Geef het niet te vlug op blijf volhouden of zoals de dojo-kun zegt

- ³⁵/₁₇ Wees nederig en beleeft
- ³⁵/₁₇ Train voortdurend uw fysieke sterkte
- ³⁵/₁₇ U kunt het ver brengen,blijf zoeken
- ³⁵/₁₇ Blijf kalm maar wees toch snel
- ³⁵/₁₇ Verzorg uw gezondheid
- ³⁵/₁₇ Leef een regelmatig leven
- ³⁵/₁₇ Wees niet fier noch bescheiden
- ³⁵/₁₇ Train met volkharding en geduld
- ³⁵/₁₇ En je wordt een sportieve karateka

Boek in de kijker!!

Na aanleiding van de boekenbeurs zetten we deze maand ook een boek in de kijker.



Het boek gaat over een jongen genaamd Sjan die al enkele jaren aan Karate doet. Wanneer hij op reis gaat is Spanje met zijn familie valt een oudere jongen hem lastig. Hoe gaat hij dit oplossen?

Dit boek is geschikt voor elke leeftijd en ook iedereen **aan te raden!!!**
Wil je graag het boek lezen en lenen?
Stuur een mail naar d_caers@hotmail.com of vraag het aan Sensei Geert.
Je mag het boek voor 7 dagen uitlenen.

Kruiswoordraadsel



HORIZONTALAAL

1. dier met een lange nek
7. deel van een mast
8. en anderen (afkorting)
10. eminentie (afkorting)
12. verlaagde muzieknoot
13. oude lengtemaat
14. soort
16. hert
17. speelgoed
19. schrijfplankje
21. getijde
22. spinrag
24. zangnoot
25. deel van een Franse ontkenning
26. maanstand (afkorting)
28. vervoermiddel

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									

VERTICAAL

2. ingenieur (afkorting)
3. mannelijk schaap
4. hevig
5. firma
6. beterschap
9. pret
11. moeder
13. water in Friesland
15. muzieknoot
16. cilinder
18. omzetbelasting
20. daar
22. grasland
23. dierenmond
25. heden
27. bazige vrouw



Ontbrekende letter

Op de plaats van de ontbrekende letters kun je telkens hetzelfde woord invullen. Welk woord is dat?

- HOEK
- T..... ER
- AAN.....
- BANK
- OP.....
- DOOR
- REGEL.....

