

JUDOVERENIGING SV NEDERLEK

September /Oktober 2008

Beste judoka's, ouders en vrienden,

Interessante informatie:

- Van het bestuur
- Telefoonnr's.
- Wedstrijdreglement.
- hygiëne
- Judoband doorgeven
- jaaragenda

WILLEMSE
verhuis- & montagediensten

Ruit
mannenmode

KWON 
TOUCH THE SPIRIT
www.kwon.net

SLUYK
/KEUKENS - BADKAMERS

PROFIL *Hoozenboezem*
DE FIETSSPECIALIST

De zomervakantie is alweer een paar weken achter de rug en natuurlijk hopen wij dat jullie een leuke vakantie hebben gehad. Voor de meesten van jullie zal wel net als voor het bestuur gelden dat iedereen weer terug is in zijn of haar oude vertrouwde ritme. Bij deze treffen jullie daarom onze nieuwsbrief aan. En zoals altijd bij het begin van het nieuwe schooljaar, hebben wij er de jaarkalender voor het judoseizoen bij gestopt. Niet alles staat erop, maar wat we alvast weten, hebben wij vermeld. Een paar plannen moeten we nog wat verder uitwerken, als het zover is, horen jullie daar nog van.

In deze nieuwsbrief en volgende willen wij jullie informeren over wat regel-tjes die gelden op en rond de mat en bij wedstrijden. Handig, dan weet je gelijk wat wel en niet kan.

Op de mat hebben wij ook weer een aantal nieuwe judoka's mogen begroeten. Heel hartelijk welkom!! En als je nog een vriend of vriendin hebt die het ook wel wat lijkt om te judoën, neem hem of haar dan een keer mee.

Weet in ieder geval dat wij er zin in hebben om er een leuk en sportief jaar van te maken. Daar hebben wij jullie hulp voor nodig en vandaar onze vraag: als jullie ideeën en opmerkingen hebben, vertel ze ons, dan proberen wij er iets mee te doen.

Zonder de hulp van vrijwilligers en onze sponsors kunnen wij als bestuur wel plannen maken, maar niet uitvoeren. Daarom bij deze: bij voorbaat heel hartelijk dank voor al uw inzet !!

Hartelijke groet,
namens het bestuur

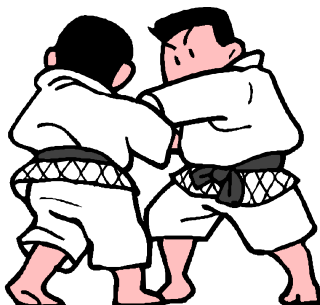
Wim Blaak

TELEFOONS.

Secretaris : Lieneke Speksnijder 0180-681284

Wedstrijdsecretariaat : Marjan den Boer 0180-662852

Webpagina : www.sv-nederlek.nl



Let op de laatste pagina is de jaaragenda
Bewaar hem goed, dan weet je voor het grote deel wat er
zoal het hele jaar staat te verwachten .

WEDSTRIJDREGELEMENT

Hieronder enkele benamingen die tijdens een toernooi of clubkampioenschap door de scheidsrechter op de mat gezegd kunnen worden.

- a) **HAJIME = begin**
- b) **MATTE = stop, wacht**
- c) **OASAE KOMI = houdgreep**
- d) **SONO MANA = beweeg niet**
- e) **YOSHI = doorgaan**
- f) **TOKETA = houdgreep verbroken**
- g) **SORE MADE = wedstrijd afgelopen**

HYGIENE

Als je gaat judoën dan moet je op volgende zaken letten:

Dat je schone voeten en handen hebt, kort geknipte nagels

Geen sieraden (dus geen kettingen, oorbellen, ringen, haarspeldjes, haarelastiekjes met metaal enz.)

Schone haren, en bij lang haar je haar in een staart.

Een goed judopak dat regelmatig gewassen wordt.

IK GEEF DE BAND DOOR.....

Hier zat ik niet echt op te wachten...een stukje schrijven over me zelf voor DE BAND

Maar goed, ik mocht meerijden met Edwin als ik de Band van hem aannam dus zo doende.

Naam: Wendy van Erk

Geboren: 02-09-1991 te Gouda

School: Zadkine, Rotterdam

Woonplaats: Lekkerkerk

Lid vanaf: 1997 tot 2003 & van 2007 tot heden

Kleur band: Bruin

Hobby's: judo, schaatsen, waterskien, msnen en shoppen

Zoals je ziet ben ik een tijdje van de judo af geweest, dat kwam vooral omdat ik eerst nog 3 jaar moest wachten voordat ik de zwarte band kon halen daar had ik geen zin in en besloot om er af te gaan om vervolgens te gaan schaatsen.

Dat was een leuke tijd alleen het vroege opstaan op me vrije zaterdagmorgen dat was wel een minpuntje. Verder al is het in de zomer lekker weer is (afgelopen zomer was een drama) gaan we altijd met onze eigen boot varen en waterskien.

Toch ben ik de judo wel blijven missen en besloot toen ik 16 jaar was om er weer op te gaan en de zwarte band te gaan halen want dat is eigenlijk wel het doel als je op judo zit om proberen het hoogste te behalen. Nu ben ik samen met Petra als enige meisjes aan het trainen voor de zwarte band.

Nu nog een stukje over school ik doe nu de BBL opleiding Detailhandel op het Zadkine te Rotterdam. Dat is maar 1 dag in de week en de andere dagen werk ik fulltime in de Albert-Heijn. Om later (als ik groot ben) een eigen winkel te beginnen.

Nu vind ik dit verhaaltje al veel te lang dus ga ik stoppen owja en ik heb beloofd om de band door te geven aan Petra Versteeg!! dus Petra bij deze mag jij voor de volgende nieuwsbrief een stukje schrijven

JAARAGENDA 2008 - 2009

SLIPEXAMEN	<u>MAANDAG 13 & WOENSDAG 15 OKTOBER 2008</u> (Ouders zijn van harte welkom)
HERFSTVAKANTIE	<u>MAANDAG 20 T/M VRIJDAG 24 OKTOBER 2008</u>
CLUBKAMPIOENSCHAP	<u>ZATERDAG 22 NOVEMBER 2008</u>
BANDEXAMEN	<u>WOENSDAG 17 DECEMBER 2008</u> (Voor leden vanaf 12 jaar, vanaf 18.00 uur t/m 19.00 uur)
KERSTVAKANTIE	<u>MAANDAG 22 DECEMBER 2008 T/M</u> <u>VRIJDAG 2 JANUARI 2009</u>
SLIPEXAMEN	<u>MAANDAG 9 & WOENSDAG 11 FEBRUARI 2009</u> (Ouders zijn van harte welkom)
VOORJAARSVAKANTIE	<u>MAANDAG 16 T/M VRIJDAG 20 FEBRUARI 2009</u>
GROTE TOERNOOI SV NEDERLEK	<u>ZATERDAG 7 MAART 2009</u> (Iedereen is van harte welkom)
LEDENVERGADERING	<u>DINSDAG 17 MAART</u>
GOEDE VRIJDAG/ PAASVAKANTIE	<u>VRIJDAG 10 APRIL T/M</u> <u>MAANDAG 13 APRIL 2009</u>
MEIVAKANTIE	<u>MAANDAG 27 APRIL T/M DINSDAG 5 MEI 2009</u>
SLIPEXAMEN	<u>MAANDAG 18 & WOENSDAG 20 MEI</u> (Ouders zijn van harte welkom)
HEMELVAART	<u>DONDERDAG 21 MEI EN VRIJDAG 22 MEI 2009</u>
PINKSTEREN	<u>MAANDAG 1 JUNI 2009</u>
BAND EXAMEN	<u>WOENSDAG 24 JUNI 2009</u> (Voor leden vanaf 12 jaar, vanaf 18.00 tot 19.00 uur)
SEIZOENAFSLUITING	<u>ZATERDAG 27 JUNI 2009</u>
ZOMERVAKANTIE	<u>MAANDAG 13 JULI T/M VRIJDAG 21 AUGUSTUS</u> <u>2009</u>

**Laatste lesdagen van dit seizoen 22 juni en 24 juni 2009 i.v.m.
Gebruik van de gymzaal door OBS. Het Schateiland.**