

"Spirit first, technique second."

- Gichin Funakoshi (1868 – 1957)

Welkom bij de nieuwsbrief van Aikidojo. Onder leiding van Erik Louw sensei beoefenen we in Aikidojo de Japanse krijgskunsten Aikido en Katori Shinto Ryu (KSR). In deze nieuwsbrief houden we de leden op de hoogte van de laatste nieuwtjes die te maken hebben met onze school en de krijgskunsten die wij beoefenen.

Deze editie:

- Aikido Yuwakai Zomerstage: programma bekend!
- Terugblik Clubdag Aikidojo Almere
- Yuwakai sponsort jonge Aikidoka: reis naar Roemenië!
- Aikido/KSR-stage door Erik Louw
- Stageverslag: Suganuma sensei door Maarten Heinsius
- Bijgewerkte agenda 2014

Aikido Yuwakai Zomerstage 12-16 augustus 2014: programma bekend!

De deadline voor de vroegboekorting is inmiddels verlopen, maar het is nog steeds mogelijk je in te schrijven voor de Yuwakai Zomerstage. Leden van Yuwakai kunnen bovendien nog steeds gebruik maken van de ledenkorting, en voor jeugdleden (< 18 jaar) is de zomerschool helemaal gratis. Kun je niet de hele week? Een dagje langs komen kan ook!

De zomerstage is een belangrijke gebeurtenis voor onze bond. Elk jaar reizen tientallen Aikidoka van alle aangesloten scholen af naar Laren om daar een week lang te trainen onder toezicht van de verschillende leraren. Het is dé plek om kennis te maken met andere Aikidoka, andere stijlen en andere

inzichten in Aikido. Ook wordt traditiegetrouw op vrijdagochtend de zwarte band examens afgenomen: Aikidojo Amsterdam/Almere is dit jaar weer ruim vertegenwoordigd.

Elk jaar reist er ook een delegatie af naar de camping De Woensberg in Blaricum. Indien je wilt blijven slapen op deze prima verzorgde camping, meld dan dat je voor Aikido komt. De campingleiding zal dan proberen je bij andere Aikidoka neer te zetten.

Het programma voor de Yuwakai zomerstage is inmiddels ook bekend, zie ook onderstaande link. Pikant detail, ook voor de zwaardvechters onder ons:

speciale Katori Shinto Ryu lessen door Erik Louw aan het einde van de dag. Ook geeft Ernest Vinje (Budoshinkan Dojo) elke pauze een Kumi Jo les (met een wapenstok).

Ook de jongere Aikidoka worden niet vergeten, Jeanette Tanis (Sho Shin Aikido Dojo) verzorgt op donderdag 13 augustus van 14:15-15:30 uur een jeugdstage.

Aanmelden en programma:

<http://yuwakai.nl/agenda/aanmelden-zomerschool-2014.html>

Terugblik Clubdag Aikidojo Almere 21 juni 2014

Vorig jaar is er voor het eerst een Aikidojo Almere Clubdag georganiseerd, en dit jaar hebben we het nog eens dunnetjes over gedaan. Te zeggen dat het gezellig was, is een *understatement*.

Erik Louw sensei trapte af met een twee uur durende les – jawel, twee uur, dat was genieten geblazen. De aandacht ging vooral uit naar meer gevorderde technieken: de ushiro ryokatadori's en hamni handachi wazas vlogen om de oren.

Aansluitend vond dan de BBQ plaats. Alles was keurig verzorgd, er was genoeg eten en drinken voor iedereen. Toen in de namiddag ook nog eens het zonnetje vol

Er is dus geen enkele reden om op vakantie te gaan (dit *is* je vakantie!), en anders vraag je aan je ouders, vriendin of oppas-cavia of ze in het vervolg de vakanties om de zomerstage heen willen plannen. Zonder doktersbriefje wordt bij elke dag afwezigheid een graad ingenomen, dit wordt verrekend bij je eerstvolgende examens. Afmelden kan bij ikkanniet@zomerschool.aikido.nl.

ging schijnen, was een gezellige middag helemaal compleet.



Na het succes van vorig jaar en nu ook weer dit jaar, is de clubdag eigenlijk een feit geworden en kan deze wat ons betreft jaarlijks terugkeren!

Yuwakai sponsort jonge Aikidoka: reis naar Roemenië

Van 11 september tot en met 14 september 2014 wordt het IAF Congres in Roemenië gehouden. Naast organisatorische zaken organiseert de IAF een groot seminar waar diverse shihans les zullen geven. Dit jaar is extra bijzonder omdat de lessen onder leiding van Mitsuteru Ueshiba sensei zullen worden gehouden. Dit is de zoon van de huidige

Doshu en tevens waarnemend hoofd van Hombu Dojo.

Yuwakai wil aan jonge, enthousiaste aikidoka's de gelegenheid bieden om met financiële ondersteuning van Yuwakai hieraan deel te nemen. Heb je hier belangstelling voor? Neem dan contact op met het bestuur via bestuur@yuwakai.nl.

Meer informatie: <https://www.aikido-international.org/iaf-news-mainmenu-2/24-iaf-latest-news/98-waka-sensei-aikikai-hombu-dojo-to-lead-seminar-romania-sept-2014>

Aikido/KSR-stage Erik Louw te Heijningen van 1-3 augustus 2014

Erik Louw sensei is door Aikikai Ryushinkan Nederland uitgenodigd om een zomerstage te komen geven van 1 tot en met 3 augustus. De locatie is Heijningen, provincie Noord-Brabant (!). Er is een overnachtingsmogelijkheid in de tempel waar ook de lessen worden verzorgd. Martin Mens heeft aangegeven wel oren te hebben naar deze stage, neem contact met hem of ons op als je met hem wilt meerijden.

Heb je zin in een leuke les Aikido óf Katori Shinto Ryu in een unieke trainingsruimte, geef je dan op voor deze stage via onderstaande link.

<http://ryushinkan.nl/stages/zomerstage-met-erik-louw>



Stageverslag: Itokan Zomerschool met Suganuma sensei (8^e DAN)

Door Maarten Heinsius

Zaterdag 12 juli begaf ik mij in Amersfoort, op de Itokan zomerschool. Itokan is een Aikido bond, net als Yuwakai. In tegenstelling tot Yuwakai, waar we met Erik een 'oebiedoebie' in onze eigen gelederen hebben, is Itokan aangesloten bij de Japanse Suganuma sensei.



Waar er binnen Yuwakai, mede door de democratische structuur, veel ruimte is voor verschillende interpretaties, volgen de meeste andere bonden een bepaalde lijn, in dit geval die van Sogunuma sensei.

Sogunuma sensei staat, net Erik, bekend als één van de leraren die de meeste nadruk leggen op basis-aikido. Geen

ingewikkelde technieken, variaties op variaties, maar puur Aikido.

Dit merk je zowel in de type technieken die geoefend worden, als de versies die uitgevoerd worden. Een groot deel van de stage bestond dan ook uit het oefenen van basis technieken: ikkyo, nikyo, shiho-nage, tenshi-nage, etc. Als leerling van Erik is dit een feest van herkenning, veel technieken lijken op wat we gewend zijn uit te voeren, maar voor wie goed kijkt zijn er ook zeker verschillen. Overal zitten weer kleine puntjes die je op kunt pikken en van kunt leren. Toch was het allemaal basis.

Toen tijdens het vragenuurtje een leerling vroeg waarom de basis zo belangrijk is voor Sogunuma sensei, antwoordde deze vriendelijk dat (vrij vertaald) "De basis overal in terugkomt, het is als een grondvest waarop de rest van het Aikido gebouwd wordt. Zonder basis kun je niet bouwen, en als je de basis maar goed leert kun je hieruit zelf de elementen destilleren voor gevorderde technieken". Ook het, sommigen al bekende, SHUHARI (<http://en.wikipedia.org/wiki/Shuhari>) werd aangehaald als zijnde "Eerst moet je de vorm leren zoals deze is, dit is SHU, daarna kun je ervan afwijken, en experimenteren, dat is HA." (op RI werd niet ingegaan).

De stage was zoals zovele een leuke hereniging met oude bekenden, en een prettige eerste ontmoeting met nieuw gezichten. Ik zag bekenden van andere stages maar ook de lerarenopleiding, en bovenal mensen die ik vorig jaar zag op de Itokan Zomerschool. De stage was wel wat duur (35 euro per dagdeel), maar daarom niet minder interessant. Het is een erg leuke en welkomende groep.

Suganuma sensei komt elke 2 jaar naar Nederland, en stuurt het andere jaar een van zijn trouwe leerlingen, Fujioka sensei. Vorig jaar heb ik ook kunnen genieten van zijn lessen, beide heren zijn van harte aan te bevelen!

Ook een stukje schrijven in de nieuwsbrief? Stuur een mailtje terug.

AGENDA

Stages, lessen en evenementen	
Datum	Soort stage / les
01-08-2014 t/m 03-08-2014	Aikido/KSR-stage door Erik Louw
13-08-2014 t/m 17-08-2014	Aikido Zomerstage te Laren

Vakanties en feestdagen	
Datum	Soort vakantie / feestdag
05-07-2014 t/m 17-08-2014	Zomervakantie (geen les voor jeugd / aangepast rooster)
11-10-2014 t/m 19-10-2014	Herfstvakantie (geen les voor jeugd / aangepast rooster)
20-12-2014 t/m 04-01-2015	Kerstvakantie (geen les voor jeugd / aangepast rooster)