

### **Samoerai nieuwsbrief – april 2020**

Beste karateka,  
Beste ouders,

In normale tijden vind je in onze Samoerai nieuwsbrief veel informatie over activiteiten alsook een goedgevulde agenda. In Corona-tijden pakken we het ietsje anders aan en sturen we je regelmatig nieuwsflashes met trainingslessen, lectuur en andere tips om thuis karate-do te blijven beoefenen.

Maak hier gebruik van om te blijven trainen : herhaal je kata's, volg de doorgestuurde trainingslessen, speel het bordspel, neem deel aan onze online competitie...

Wij blijven uiteraard strikt de richtlijnen rond het Coronavirus opvolgen en houden u op de hoogte van elke verdere evolutie ivm onze clubwerking.

Martiale groet,  
Bestuur Karateclub Samoerai Leuven vzw



## Kalender & varia

Voorlopig geven wij geen data omdat we niet zeker zijn vanaf wanneer welke activiteiten opnieuw zullen kunnen doorgaan.

### Steakdag 2021

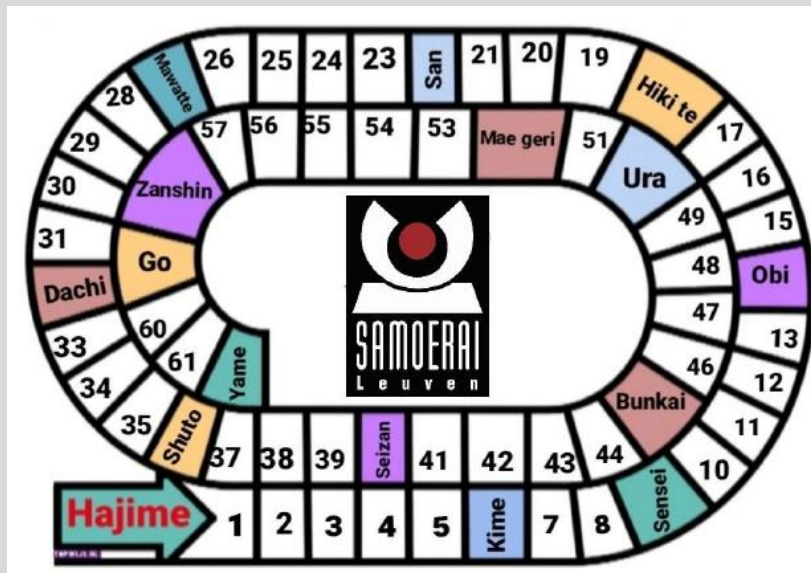
De steakdag, gepland op 3 mei 2020, zal dit jaar niet doorgaan. Maar we hebben al een datum voor de volgende editie : **21 maart 2021** !

### Belgisch kampioenschap : foto's

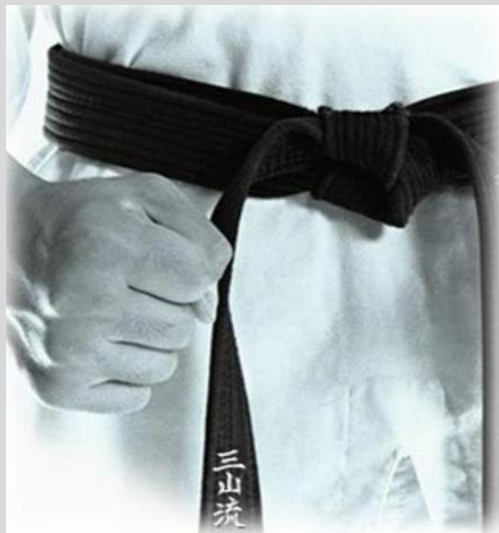
De foto's van het Belgisch kampioenschap van 23 februari 2020 te Leuven, kan je bekijken op deze [link](#).

## Karatetraining @ home

Sinds het begin van de maatregelen tegen het Coronavirus, stuurden we je al enkele nieuwsflashes met onze brochure met lagere kata's, het werk 'Karate als Do' een bordspel en enkele trainingen. Voor wie deze flashes gemist zou hebben : je kan deze info ook terugvinden op onze [speciale pagina](#) op onze website.



Je kan ook nog altijd een foto of een filmpje posten op onze [Facebookpagina](#) waar we een vuist maken tegen het Corona virus !



# Issho ni tsuyoi Cup : online kata competitie

**Issho ni tsuyoi cup**  
Online samoerai kata competitie

Creëer een nieuwe kata  
Indienen voor 12 april!

**Categorieën**

U10  
U14  
+14j  
Jongens en meisjes gemengd

Een prijs voor de top drie in elke categorie

Omdat jullie ook de komende weken nog aangewezen zullen zijn op thuis-training, en we jullie competitiespirit willen onderhouden, organiseren we de online 'Issho ni tsuyoi Cup'.

## **Doel:**

Creëer een nieuwe kata, rekening houdend met de criteria die per categorie opgegeven worden. Zoek ook een originele naam voor je kata.

De bedoeling is dat je deze kata met de nodig power en fighting spirit uitvoert, filmt en ons opstuurt.

De winnaars zullen de week nadien bekend gemaakt worden (enkel voor clubleden). De kata moet uitgevoerd worden in kimono, met groeten voor en na de kata.

Train hard, oefen goed en laat ons jullie beste kata zien. Succes !

Kata's moeten opgestuurd worden naar [lisa.bracke@samoerai-leuven.be](mailto:lisa.bracke@samoerai-leuven.be)

**VOOR 12 APRIL !** Vermeld hierbij de naam van de deelnemer, leeftijd en de naam van de kata.

## **Categorieën:** (jongens & meisjes gemengd)

- \* U10 (= 6,7,8 en 9 jaar)
- \* U14 (= 10,11,12 en 13 jaar)
- \* +14 jaar

## **Beoordeling:**

De kata's zullen beoordeeld worden door onze 6 juryleden: Lisa, Graziella, Emiel, Marie, Patrick en Guy

Het beoordelen van de kata gebeurt op basis van volgende criteria :

- \* Uitvoering van de kata : kracht, inlevingsvermogen, concentratie,..
- \* Originaliteit : gebruik technieken die in een standaard kata niet aanwezig zijn.
- \* Moeilijkheidsgraad : sprongen, trappen, evenwicht,..

**Criteria:** elke kata moet aan volgende criteria voldoen per categorie

### 1. categorie U10:

- Duur: minimum 30 seconden
- groeten voor en na de kata
- Technieken:
  - 1 stoot techniek, zowel met links als rechts (vb gyaku tsuki, jun tsuki)
  - 1 trap (vb maigeri, sokuto)
  - 1 blok, deze moet 3x voorkomen in de kata (vb gedan barai, jodan uke, soto uke)

Tip: denk aan de technieken die in pinan nidan en pinan shodan voorkomen en probeer deze in een originele nieuwe volgorde te plaatsen.

### 2. categorie U14:

- Duur: minimum 1 minuut
- groeten voor en na de kata
- Technieken:
  - 3 verschillende aanvalstechnieken
  - 1 trap, zowel links als rechts
  - 2 verschillende blokken
  - minstens 2 verschillende standen aanwezig in de kata

Bonuspunt: 'spectaculaire' uitvoering in de kata: sprong, uitvoering op 1 been,...

### 3. categorie +14j:

- groeten voor en na de kata
- duur: minimum 90 seconden
- Technieken:
  - 3 verschillende aanvalstechnieken
  - 2 verschillende trappen
  - 2 verschillende blokken
  - minstens 2 verschillende standen aanwezig in de kata
  - 1 'spectaculaire' uitvoering : sprong, uitvoering op 1 been,...



## Cuervo Blanco : explore our wine & stay @home

De laatste geplande wijndegustatie heeft jammer genoeg niet plaats gevonden door het COVID-19 virus, maar onze partner Cuervo Blanco heeft een 4-tal degustatiepakketten samengesteld om deze bevreedende dagen door te komen.



Naast hun klassieke toppers, hebben ze ook een aantal nieuwe wijnen in het gamma zoals een verrassende primitivo rosé en negroamare van Italië, viognier en chardonnay van Frankrijk

Deze kan U [ontdekken en bestellen](#) via de site [www.cuervoblanco.be](http://www.cuervoblanco.be) of telefonisch bij clublid Rob op nummer 0497-583305.



## Competitieresultaten

### Télévie Cup (Quaregnon) – 8 maart 2020

Kata Wado:

1e plaats : Téó Pluymers - jongens U8

1e plaats : Nele Caers - meisjes U10

1e plaats : Chiara Vanrooy - meisjes U12

1e plaats : Jonas Caers - jongens U14

2e plaats : Jasper Cielen - jongens U14

1e plaats : Marie Millet - meisjes U18  
1e plaats : Marie Millet - senioren dames  
2e plaats : Lisa Bracke - senioren dames  
2e plaats : Patrick Millet - heren 35+

**Kata Multistijl:**

3e plaats : Téo Pluymers - jongens U8  
1e plaats : Nele Caers - meisjes U10  
2e plaats : Jonas Caers - jongens U14  
1e plaats : Marie Millet - meisjes U18  
1e plaats : Marie Millet - senioren dames  
2e plaats : Lisa Bracke - senioren dames  
1e plaats : Lisa, Marie, Marwa - team Kata +14 jaar

**Kumite :**

1e plaats : Jasper Cielen - jongens U14  
1e plaats : Marie Millet - meisjes U18  
2e plaats : Marwa Nassiri - meisjes U18  
1e plaats : Lisa Bracke - senioren dames  
3e plaats : Matthias Verboven - senioren heren

**Warriors Cup (Herstal) – 1 maart 2020**

**kata :**

1e plaats : Marie Millet  
3e plaats : Hana Bourakadi  
3e plaats : Meissa Messaoud

**kumite :**

1e plaats : Isshak Bouzahzah  
3e plaats : Arne Bulteel  
3e plaats : Marie Millet  
3e plaats : Yessin Messaoud

**Partners**



*Op zoek naar de Witte Raaf  
in bubbels en wijn?*

0497 58 33 05  
0497 54 89 76  
info@cuervoblanco.be  
www.cuervoblanco.be



**SAMOERAI**  
L e u v e n  
**PARTNERS**



èggo Leuven  
Tiensesteenweg 390  
3000 Leuven  
Tel. +32 (0) 16 56 99 42  
[www.eggo.be](http://www.eggo.be)

*Tibecom  
Computer  
Systems*

Verkoop hard- en software  
Upgraden van computers  
Steeds dienst na verkoop

Bessenlaan 42 - 3110 Rotselaar  
Tel. 016 58 30 45  
GSM 0475 40 84 07  
info@tibecom.be

[www.tibecom.be](http://www.tibecom.be)

BRODD- EN BANKETBAKKERIJ

*Millet*

Brood - Banket  
Chocolade - IJs

Mechelsesteenweg 237  
1933 Sterrebeek  
Tel. 02 782 00 54  
bakkerij.millet@telenet.be  
[www.patisseriemillet.be](http://www.patisseriemillet.be)



PIZZERIA & PASTERIA

Feestzaal voor 30 personen  
Parkstraat 107  
3000 Leuven  
Tel. 016 23 15 88

Open	Zaterdag
12.00 - 14.30	17.30 - 23.00
18.00 - 23.00	Zondag gesloten

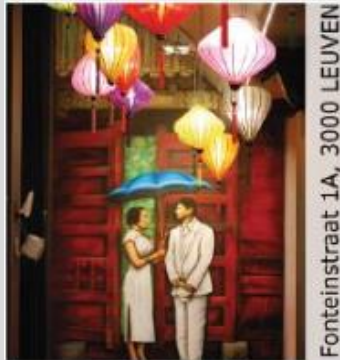
*Café.  
St-Jean*

*Ingrid & Eddy*

*Ook voor de kleine honger*

*Martelarenplein 2  
3000 Leuven*

*Tel. 016 22 35 84*



KANTOOR  
**PAUWELS**

VERZEKERINGS- &  
KREDIETMAKELAAR



PAUWELS@PWSVERZEKERINGEN.BE  
[WWW.PWSVERZEKERINGEN.BE](http://WWW.PWSVERZEKERINGEN.BE)  
Langestraat 31 Averbode

VERZEKEREN IN  
VERTROUWEN

**AXIS  
TRAVEL**

Axis Travel  
Leuvensesteenweg 749  
3071 Erps-Kwerps  
Tel : 02-759 59 70  
[www.axistravel.be](http://www.axistravel.be)

**Springfun**  
Verhuur van  
springkastelen en  
feestmateriaal

0476 476 656  
0475 223 867  
info@springfun.be  
[www.springfun.be](http://www.springfun.be)

**Café**

*'t Kaffaat*

**Naamsepoort  
Leuven**

[www.samoerai-leuven.be](http://www.samoerai-leuven.be)

De Samoerai Nieuwsbrief is een uitgave van Karateclub Samoerai Leuven vzw zonder wiens toestemming geen enkele tekst, geheel of gedeeltelijk, mag worden overgenomen. De Samoerai Nieuwsbrief bevat links naar websites die wij interessant achten. Deze links zijn evenwel puur informatief en Karateclub Samoerai Leuven vzw is niet verantwoordelijk voor de inhoud van deze sites of het gebruik dat ervan zou kunnen worden gemaakt. Tijdens trainingen, clubactiviteiten, stages en wedstrijden worden er foto's gemaakt die kunnen gebruikt worden voor onze nieuwsbrieven. Je ontvangt de Samoerai Nieuwsbrief omdat je bent ingeschreven op de "Samoerai-mailinglijst". In- of uitschrijven op deze nieuwsbrief? Een bericht of reactie sturen? Dat kan op het volgende adres:

[nieuwsbrief@samoerai-leuven.be](mailto:nieuwsbrief@samoerai-leuven.be)

Indien deze versie onleesbaar: pdf-versie in bijlage en op website.

Karateclub Samoerai Leuven vzw  
Secretariaat: Zavelberg 8 - 3000 Leuven  
Maatschappelijke zetel: Platte-Lostraat 478 - 3010 Kessel-Lo  
Ondernemingsnr. 428.660.618