



Samoerai nieuwsbrief – december 2024

Beste karateka,
Beste ouders,

Tijdens de eindejaarsperiode zal er vanaf zaterdag 21 december 2024 tot en met donderdag 2 januari 2025 geen training zijn.

Het bestuur en de trainers van Karateclub Samoerai Leuven wensen u en uw familie alvast prettige eindejaarsfeesten toe.

Na het interview met sensei Rudi Holemans in oktober '24, gaan we nu regelmatig een nieuw interview publiceren met een van de sempais van onze club. In deze nieuwsbrief kan u het interview met sempai Bert terugvinden.

Martiale groet,
Bestuur Karateclub Samoerai Leuven vzw



Agenda

Provinciale training Karate Vlaanderen Vlaams-Brabant – 05/12/2024

Er zal geen training zijn op donderdag 5 december 2024 omdat op dat moment de provinciale training van Karate Vlaanderen Vlaams-Brabant zal doorgaan.

Men kan hieraan deelnemen vanaf 3de kyu.

Info :

- * Sportoase Leuven – polyvalente zaal
- * deelname = gratis
- * geldige vergunning Karate Vlaanderen vereist
- * voorbereiding Shodan Shiken (VKA) door sensei Rudi Holemans
- * inschrijvingen ter plaatse
- * **enkel vanaf 3de kyu**



Provinciaal Comité
Vlaams-Brabant
organiseert:

Provinciale Training WKF

Donderdag 5 december 2024

Sportoase Leuven
(polyvalente zaal)
Philipssite 6
3001 Heverlee
van 19u tot 20u30



Voorwaarde om deel te nemen:
Geldige Karate Vlaanderen
- vergunning

Agenda december 2024

Zo 01/12/2024 : Leopoldsburg Open 2024
Do 05/12/2024 : Karate Vlaanderen - provinciale training Vlaams-Brabant
Do 05/12/2024 : geen training - provinciale training vanaf 3e kyu
Zo 15/12/2024 : Shodan shiken leerschool VKA
Van za 21/12/2024 tot en met do 02/01/2025 : geen training – Kerststop

Agenda januari 2025

Za 11/01/2025 : clubexamen jeugd - vanaf oranje gordel
Za 18/01/2025 : clubexamen jeugd - witte & gele gordels
Ma 20/01/2025 : clubexamen volwassenen
Zo 26/01/2025 : Karate Vlaanderen - Vlaams Kampioenschap WKF 2025 (Schoten)

Interview sempai Albert Lemmens

➤ Wat inspireerde je om karatedo te gaan beoefenen? Hoe oud was je toen?

Tijdens mijn legerdienst was ik vanaf Augustus 1979 tien maand gekazerneerd in Brasschaat en was telkens een hele week in de kazerne. 's Avonds waren we vrij maar elke avond in de kantine of naar café gaan was me iets te veel, dus besloten we met enkelen om gaan te sporten. We zochten een karateclub in de buurt en zo ben ik in contact gekomen met karate, dat was toen in een club in Merksem waar dat ik eigenlijk gestart ben.

Einde mei 1980 ben ik "afgezwaaid" zoals ze dat in die tijd zegden, en na enkele tijd (via een collega op het werk) bij de club in Sint-Joris-Winge terecht gekomen. In die club was toen Rudi Ruttens de trainer en die kwam eigenlijk van de club Samoerai Leuven die toen nog in Kessel-Lo in de sporthal trainde.

Door omstandigheden is de club in Sint-Joris-Winge daar niet kunnen blijven en is die integraal naar de club in Kessel-Lo terug gegaan, zo ben ik dus in 1981 in de club "Samoerai-Leuven" beland , waar ik nu nog steeds lid van ben.

➤ **Onder welke sensei's heb je getraind?**

Rudi Ruttens (tot 1981), Jean-Pierre Vansina (tot ± 1992) en Rudi Holemans (tot heden) en tussendoor in al die jaren natuurlijk stages van onder meer : Kono Sensei, Suzuki Sensei, Rob Zwartjes Sensei en nog heel wat andere hogere gegradueerden van zowel Wado Ryu- en van VKA-trainers, ook van andere stijlen. Stages ook van wedstrijdkampioenen zoals Junior Lefevre, José Egea, Luigi Busa, Ivan Leal en anderen.



met Belrhiti sensei - 2022

➤ **Hoe werd er toen getraind en is er een verschil met de huidige manier van lesgeven?**

In die tijd werd er vooral kihon en kumite getraind na een zware opwarming; het moest vooral hard en fysiek zwaar zijn en het waren in die tijd ook trainingen van 2 uur .Meestal de laatste 10 minuten werd er kata getraind, als we al fysiek pompaf waren. Het waren ook trainingen voor iedereen : trainingen voor jongeren apart zijn er pas later gekomen.

Tegenwoordig wordt er ook vanuit de opleidingen voor trainers door Sport-Vlaanderen (vroeger BLOSO), namelijk Initiator, Instructeur B en Trainer B, veel meer ingezet op blessurepreventie en om blessures zoveel mogelijk te vermijden. Dus onvermijdelijk dat het minder hard geworden is want blessures kwamen toen wel regelmatig voor, tegenwoordig heel weinig.

Nu worden de leerlingen ook wel veel technischer begeleid, sinds onze huidige Sensei zijn we er op technisch gebied heel erg op voorruit gegaan, zowel in kihon, kata en kumite .De resultaten op wedstrijden, zowel kata als kumite, liegen er niet om.



tijdens een wado-ryu wedstrijd

➤ **Vanaf wanneer ben je zelf beginnen lesgeven?**

In december 1984 heb ik mijn 1e kyu behaald en ik herinner me dat we als bruine gordel om beurt aan een beginnersgroep lesgeven tot aan hun examen voor gele gordel en ook soms de groep gele gordels tot hun examen voor oranje gordel. Het waren toen wel redelijk grote groepen beginners, soms wel van 15 personen.

Naderhand ben ik als 1e danhouder mee les beginnen te geven als hulptrainer bij de volwassenen en nog later als vaste trainer. Ik heb ook de opleidingen van de Vlaamse Trainersschool doorlopen, nl. initiator, instructeur B en trainer B karate.

➤ **Vanaf wanneer ben je scheidsrechter geworden?**

Ik heb de scheidsrechtersopleiding ooit gevolgd maar als officieel scheidsrechter heb ik nooit een wedstrijd gejureerd.

➤ **Vanaf wanneer ben je toegetreden tot het bestuur van de club?**

Enkele jaren ben ik bestuurslid geweest, ergens in de jaren '90. Ik weet niet exact de jaren meer, maar dat heb ik moeten opgeven wegens niet meer combineerbaar met mijn werk.

➤ **Welke dangraad was het moeilijkst om te behalen en heb je nog verdere ambities?**

1e dan was voor mij wel het moeilijkste examen. Ik geloof dat ik technisch nog enorm gegroeid ben na mijn 1e danexamen. In 2006 heb ik 4e dan behaald en sindsdien heb ik geen examen meer meegedaan omdat je dat toch degelijk moet voorbereiden en ik de tijd daartoe nog niet gevonden heb.



Regenboogtornooi 1984

- **Op welke manier heeft karatedo je leven beïnvloed op fysiek en mentaal vlak?**

Ik heb eens een artikel gelezen waarin geschreven stond dat karate een van de veiligste sporten is die je kan beoefenen, zowel fysiek als mentaal, ook met weinig blessures vergeleken met de meeste andere (fysieke) sporten. Ook zeker ideaal voor de jeugd. Je kan dus wel zeggen dat karate een positieve invloed heeft gehad in mijn leven.

- **Wat zijn de belangrijkste waarden die je probeert over te brengen op je leerlingen?**

Volhouden en blijven groeien, met vallen en opstaan. "The way is in training" en de weg is lang, het gaat met ups en downs, dus blijven volhouden en trainen, ook als je denkt dat het nooit gaat lukken. " Een zwarte gordel is een witte gordel die nooit opgeeft" !

- **Wat zijn de grootste uitdagingen die je bent tegengekomen in je karatecarrière en hoe heb je deze overwonnen?**

De grootste uitdaging is natuurlijk volhouden, gaan trainen ook als je liever in je zetel zou willen gaan zitten. Ik denk dan altijd : "ik ben nog nooit teleurgesteld geweest omdat ik gaan trainen ben" ipv lekker thuis blijven te zitten. Na enkele ernstige blessures (meniscusscheur en kruisbanden gescheurd) terug starten met trainen was ook wel een "mentale overwinning".



➤ **Welke technieken of kata's vind je het leukst om uit te voeren?**

Ik vind in karate alles leuk om te doen : basis, kata en kumite is zo verschillend en daarom ook leuk om te doen wegens de afwisseling.

➤ **Hoe motiveer je je leerlingen om door te zetten, vooral als ze het moeilijk hebben?**

Rome is ook niet op 1 dag gebouwd, maw : het gaat met ups en downs, dus volhouden en volgende training zal het terug beter gaan.
Een zwarte gordel behalen is niet makkelijk en vraagt doorzetting, anders zou iedereen er een hebben.

➤ **Wat zijn je doelen voor de komende jaren, zowel persoonlijk als voor de club?**

Het doel is zo lang mogelijk bezig te blijven, ook al gaat het niet zo goed meer met de knieën en de heup, anders gaat het waarschijnlijk snel bergaf gaan als je te veel in de zetel gaat zitten. De doelen voor de club worden uitgezet door het bestuur waarin ik het volste vertrouwen heb, we zijn allen lid van een goed draaiende club, de grootste van Vlaams-Brabant en dat hebben we zeker te danken aan een geweldig goed werkend bestuur, de inzet van hoofdtrainer en van de trainers.

➤ **Welke boodschap wil je aan de leden van de club meegeven?**

Sommigen zullen het misschien niet zo ervaren, maar zo'n grote club samenhouden is geen makkelijke opgave en gaat onvermijdelijk gepaard met af en toe harde beslissingen die moeten genomen worden wat niet iedereen soms begrijpt.

Voor de clubleden is dit buiten hun zicht en zij komen om karate te leren natuurlijk, voor hen is er 1 ding het belangrijkste : "The way is in training".

Zoals de grondlegger van het karate (Gichin Funakoshi) ooit zei :
"The ultimate aim of karate lies not in victory or defeat, but in the perfection of the character of its participants".



Clubkampioenschap kata – 30/11/2024

Wij wensen elke deelnemer te bedanken voor de deelname en te feliciteren voor de inzet en het behaalde resultaat.



De foto's kan u [hier](#) terugvinden.



Jeugd : wit & wit-rode gordels
1e plaats : Sandav Sapkota
2e plaats : Natan Rybarczyk
3e plaatsen : Mateo Devroe & Rebeca Andrei



Jeugd : wit-gele gordels
1e plaats : Mateo Kocibellinj
2e plaats : Patrick Levai
3e plaatsen : Oliver Lopes Pereira & Sofia Levai



Jeugd : gele gordels
1e plaats : Hiromu Matsumoto
2e plaats : Arush Sharma
3e plaatsen : Aankit Roka & Souaoud Kassem



Jeugd : oranje gordels
1e plaats : Aleksandra Kakoulina
2e plaats : Kafle Agrim
3e plaatsen : Mathias Modrzewski & Mil Paredis



Jeugd : groene gordels
1e plaats : Sheila Vanderveken
2e plaats : Elias Mostmans
3e plaatsen : Sisir Karki & Idris Garrido y Altamirano



Jeugd : blauwe gordels
1e plaats : Nripa Sapkota
2e plaats : Meghann Vergauwen
3e plaatsen : Dipson Karki & Amir Zaroili



Jeugd : bruine gordels
1e plaats : Chiara Vanrooy
2e plaats : Yuna Vandecauter
3e plaatsen : Paulien Snoeij & Ruben Snoeij



Senioren : wit tot en met oranje gordels
1e plaats : Deniz Sabuncuoglu Tezcan
2e plaats : Luca Wilders
3e plaats : Toprak Tezcan



Senioren groen tot en met bruine gordels
1e plaats : Kris Staes
2e plaats : Sassi Ben Aziza
3e plaatsen : Stephane Collin & Carolynn Vangenechten



Trofee "opkomende talent" : Sandav Sapkota



Trofee "sportiviteit & inzet" : Esmeralda Tucci

Competitieresultaten

BKF - Belgisch Kampioenschap – 9 november 2024 (Andenne)



1e plaats : Chiara Vanrooy - kumite U16 dames (+61kg)



2e plaats : Michael Dasoul - kumite senioren heren (-60kg)



2e plaats : Victoria Pauwels - kumite U21 dames (-55kg)

Provinciaal kampioenschap – 23 november 2024 (Haacht)



Kata:

Noah Vanderveken : 3e plaats - pupillen heren
Sheila Vanderveken : 3e plaats - preminiemen dames
Martin Malinouski : 3e plaats - miniemen heren
Chiara Vanrooy : 1e plaats - kadetten dames
Paulien Snoeijs : 2e plaats - kadetten dames
Tine Maes : 1e plaats - junioren dames
Marisa Trekels : 3e plaats - junioren dames
Lisa Bracke : 1e plaats - senioren dames
team+ 14jaar : 1e plaats (Tine Maes/Yuna Vandecauter/Paulien Snoeijs)

Kumite:

Sisir Karki : 1e plaats - preminiemen heren
Karl-Jan Bashongore : 3e plaats - preminiemen heren
Amir Zarouli : 3e plaats - preminiemen heren
Sheila Vanderveken : 3e plaats - preminiemen dames
Martin Malinouski : 3e plaats - miniemen heren
Chiara Vanrooy : 1e plaats - kadetten dames
Paulien Snoeijs : 3e plaats - kadetten dames
Mohammed El Haouari : 2e plaats - kadetten heren
Tine Maes : 3e plaats - junioren dames
Jannes Pelgrims : 3e plaats - junioren heren
Lieven Pauwels : 2e plaats - senioren heren
Victoria Pauwels : 1e plaats - dames senioren

Beker van Kortenbergh – kata - 16 november 2024



1e plaatsen : Noah Vanderveken-Kasper Luyckx
Martin Malinouski-Paulien Snoeijts
2e plaats : Sheila Vanderveken
3e plaatsen Natan Rybarczyk-Tine Maes-Carolynn Vangenechten
Marisa Trekels-Jannes Pelgrims

Leopoldsburg Open – 1 december 2024



Lisa Bracke : 1e plaats – kata senioren
Chiara Vanrooy : 1e plaats – kumite U16 (+)

Componenti.be®

Composants pour cuisines / Keukentoebehoren



**PATRICK
CONSTRUCT**

0471-878885

patrickconstruct@gmail.com
Grensstraat 1A/001
3010 Kessel-Lo
BOUW - RENOVATIE

Patrick Construct Bvba



immomentor

Erkend
Vastgoedkantoor
te Heverlee

Geldenaaksebaan 176C
3001 Heverlee

016 43 43 20
info@immomentor.be



MAMA WONG

Restaurant - Take-Away

ervaar een smaakvolle reis
door de Aziatische keuken

Naamsesteenweg 178
3001 Heverlee
016 25 55 44

www.mamawong.be

KANTOOR
PAUWELS

VERZEKERINGS- &
KREDIETMAKELAAR



PAUWELS@PWSVERZEKERINGEN.BE
WWW.PWSVERZEKERINGEN.BE
Langestraat 31 Averbode

**VERZEKEREN IN
VERTROUWEN**



PIZZERIA & PASTERIA

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

Open Zaterdag
12.00 - 14.00 18.00 - 22.00
18.00 - 22.00 Zondag gesloten

*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

Springfun
Verhuur van
springkastelen en
feestmateriaal

0476 476 656
0475 223 867

info@springfun.be
www.springfun.be



leuven

eggo
eggo

KITCHEN & HOUSE

eggo Leuven
Tiensesteenweg 390
3000 Leuven
Tel. +32 (0) 16 56 99 42
www.eggo.be

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 :

niewsbrief@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 / RPR, afdeling Leuven