



Judoclub Banzai

Nazareth/Gavere

Beste ouders, familieleden en supporters,

Judoclub Banzai

heet jullie van harte welkom op het

clubkampioenschap 2024

Wij wensen jullie een aangename, sportieve en
ontspannende judonamiddag toe!



Clubkampioenschap 2024

Waarom een clubkampioenschap?

Het clubkampioenschap is één van de hoogtepunten van het clubjaar! We beogen hiermee enerzijds om **verbinding te creëren** tussen de ouders, sympathisanten en de club, en anderzijds om al onze leden in een **gemoedelijke sfeer** kennis te laten maken met wat **wedstrijdjudo** inhoudt.

Onze judoka's krijgen zo immers de kans om eens te proeven van de competitiesfeer, de wedstrijdregels aan te leren, leren om te gaan met winst en verlies, en dit in een vertrouwde omgeving. Via dit event nemen zij ook meteen hun ouders en andere supporters even mee in de wonderere wereld van hun geliefkoosde sport.

Hoe gaat het in zijn werk?

Er wordt gekampt in "**poules**". Elke deelnemer wordt bij aanmelding ingedeeld in een poule (nummer op hand). Een poule is samengesteld uit een aantal judoka's met gelijkaardig **gewicht**. Elke judoka kampt 1 keer tegen alle andere judoka's van die poule. Bijvoorbeeld in een poule van 4 judoka's, kampt iedere judoka dus 3 keer en zijn er in totaal 6 wedstrijden. Die 6 wedstrijden komen niet allemaal achter mekaar. Eerst wordt van elke poule de eerste wedstrijd afgewerkt, daarna begint men aan de tweede wedstrijd van elke poule, enzovoort. Zo is er telkens recuperatietijd voor de judoka's. De wedstrijdjes zijn verdeeld over 2 matten.

Wie wanneer op welke mat wordt verwacht, wordt afgeroepen. Het is dus belangrijk om de **aankondigingen** goed te volgen.

Bij elke kamp wordt een **winnaar** aangewezen en zo ontstaat een volgorde binnen de poule. Er wordt echter geen eindwinnaar aangewezen, elke deelnemer binnen de poule wordt gelijkwaardig beloond.

Fair play en plezier staan centraal

Wie zijn de deelnemers vandaag?

We zijn heel blij en trots met de grote opkomst vandaag! In totaal zullen meer dan 60 judoka's op de mat komen!

Naast onze eigen judoka's, zijn ook de judoka's uitgenodigd van onze bevriende Judoclub Latem-Deurle.

Ook onze judokleutertjes zullen vandaag het beste van zichzelf geven in een aparte show!

Programma

De uurregeling is indicatief, we trachten deze zo goed mogelijk te respecteren.

13u30	Onthaal en toewijzing poules
14u	Welkomstwoord en optreden van onze kleuterjudoka's
14u30	Opwarming en start wedstrijden
15u45	Verrassingsact en aansluitend pauze
16u15	Hervatten wedstrijden
17u45	Uitreiking prijzen

Zin in een drankje of een stukje taart?

Dranken en zelfgebakken taart (zolang voorraad strekt) zijn tijdens het event doorlopend **verkrijgbaar in het polyvalent zaaltje aan de ingang van het gebouw**. We zijn daarbij gehouden aan de overeenkomst met de cateraar van de sporthal. In de prijzen is wel een kleine marge ten voordele van onze clubwerking voorzien. **Kom dus zeker een stukje taart eten en een drankje halen!**

Geniet van de demonstraties en prestaties van onze judoka's vandaag

De Banzai-trainers

Wat is Judo?

Ju-Do betekent letterlijk: "de zachte weg".

De training bestaat uit het spel van aanvallen en verdedigen. Het is een fysieke en geestelijke training waar het resultaat belangrijk is, maar waar er heel veel respect is voor de tegenstander!

Judo is een sport die afkomstig is uit Japan.

De grondlegger van de judosport is Jigoro Kano (1860-1932). Judo was voor hem niet zomaar een sport. Hij beschouwde het als een opvoedkundige methode. Door judo leer je positief omgaan met agressie. Je leert jezelf te beheersen en respect te hebben voor anderen.

Met een worp wordt de tegenstander naar de grond gebracht of met behulp van een houdgreep, wordt hij onder controle gehouden.

Jigoro Kano gaf aan het judo twee basisprincipes:

精力善用

"seiryoku zenyo"

maximale doeltreffendheid
bij een minimum aan inspanning

自他共栄

"jita kyoei"

voorspoed en algemeen welzijn

In het judo zijn er verschillende graden te behalen. Deze kan je zien aan de kleur van de gordel die iemand draagt. Hieronder zie je de juiste volgorde. De linkerkolom zijn de leerlingengraden, de rechterkolom zijn de meestergraden.

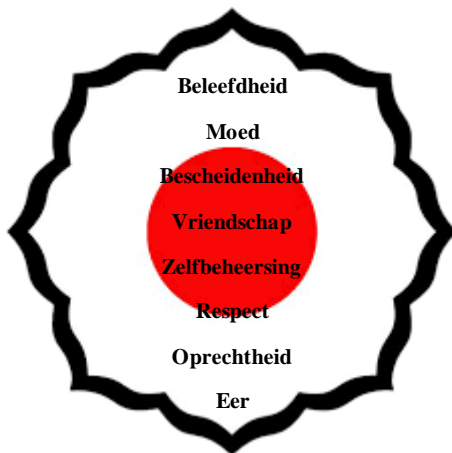
Leerlingengraden



Meestergraden



Judo wordt gesymboliseerd door een rode bol op witte achtergrond in een achthoek. De 8 hoeken staan voor de waarden van judo.



Wedstrijdregels

Voor het publiek van een judowedstrijd is het niet altijd duidelijk wat er allemaal juist gebeurt. Onderstaande inleiding in de judoregels helpt u al een goed eind op weg.

Een judowedstrijd vindt altijd plaats tussen twee judoka's waarvan er één een rode gordel draagt, de andere een witte. Zo kan de scheidsrechter en het publiek een goed onderscheid maken.

Als de twee judoka's op de mat staan, groeten ze naar mekaar. De wedstrijd begint als de scheidsrechter "**hajime**" roept. De beide judoka's proberen dan door middel van een worp of een controletechniek op de grond te scoren.

Als een judoka een punt scoort of er iets anders belangrijks gebeurt, roept de scheidsrechter dat altijd. Dit gaat altijd vergezeld van armgebaren zodat het voor iedereen duidelijk is wat de scheidsrechter bedoelt.

Er zijn 2 verschillende scores...



Een **ippon** wordt gescoord als een judoka zijn tegenstander op de rug werpt met kracht, snelheid en controle. In de volksmond "plat op de rug".

Ook is er sprake van ippon als een judoka zijn tweede wazari scoort of zijn tegenstander 20 sec. lang in een houdgreep houdt. Bij een ippon is de wedstrijd onmiddellijk¹ gedaan.

¹ In het clubkampioenschap wordt hierop uitzondering gemaakt voor de jongste leeftijdscategorieën



Er wordt **wazari** gegeven als iemand wordt geworpen maar 1 van de criteria voor ippon ontbreekt (bv. niet op de rug, maar op de zij). Ook wordt er wazari gescoord als de tegenstander tussen de 10-19 seconden in een houdgreep heeft gelegen.

De scheidsrechter roept **osaekomi** bij aanvang van een houdgreep en **toketa** wanneer de houdgreep verbroken wordt.



Soms vindt de scheidsrechter het nodig om de wedstrijd te onderbreken, omdat er bijvoorbeeld lange tijd niks gebeurt of om een strafpunt te geven. De scheidsrechter roept dan '**matte**', de klok wordt even stil gezet, de judoka's gaan terug naar hun plek en als de scheidsrechter weer '**hajime**' roept, gaat de kamp opnieuw verder.

Je kan tijdens een wedstrijd maximum 3 strafpunten (shido) krijgen. Bijvoorbeeld wanneer je te weinig aanvalt, of wanneer je buiten de wedstrijdmat gaat.

Als de wedstrijd helemaal is afgelopen roept de scheidsrechter '**soremade**'. De judoka's gaan dan naar hun plaats en de scheidsrechter wijst de winnaar aan.



De winnaar van een judowedstrijd is diegene die:

- als eerste een ippon scoort
- of diegene die aan het einde van de wedstrijd de meeste punten heeft
- of de tegenstander van een judoka die uitgesloten wordt via strafpunten.

Judotermen

JAPANS	NEDERLANDS
judo	de zachte weg
Jigoro Kano	de stichter van judo
judoka	beoefenaar van judo
judogi of kimono	judopak, kledij om judo mee te beoefenen
dojo	zaal waar men judo beoefent
tatami	mat
tori	hij die de techniek doet, aanvalt
uke	hij die de techniek ondergaat
hajime	begin, start
matte	stop
sore made	einde van de les, einde van de wedstrijd
osaekomi	houdgreep
toketa	verbreking van de houdgreep
ippon	vol punt, onmiddellijk gewonnen
wazari	gescoord, maar één van de criteria voor ippon ontbreken
wazari awasete ippon	twee wazari's = ippon
shido	licht strafpunt
hansoku make	zwaar strafpunt (tegenstander onmiddellijk gewonnen)
hiki wake	gelijke stand op het einde van de wedstrijd
rei	groet
kumikata	manier van vastnemen
randori tachi waza	rechtstaand oefengevecht
randori ne waza	oefengevecht op de grond
ukemi	val
ushiro ukemi	achterwaartse val

yoko ukemi	zijwaartse val
zempo kaiten	voorwaartse rol
mae ukemi	voorwaartse plankval

Zo, dit is onze geliefde judosport in een notendop uitgelegd.





Judoclub Banzai

Nazareth/Gavere

Onze club geeft trainingen in 2 dojo's: Nazareth en Gavere.

Trainingen gaan door op maandag, woensdag, donderdag, zaterdag en zondag, afhankelijk van de doelgroep.

Meer info op:

	www.judoclubbanzai.be
	www.facebook.com/judoclubbanzai
	https://www.instagram.com/judoclubbanzai/

Tijdens onze activiteiten worden er regelmatig foto's genomen. Sommige van deze foto's worden in onze sociale media geplaatst. Indien u dit niet wenst, gelieve dit te laten weten aan een iemand van de trainers. Dan houden we hier uiteraard rekening mee.

Dankzij onze sponsors kunnen wij dit event organiseren



Onze sponsors



Heyde Jelle
ONDERHOUD - AANLEG - ONTWERP
0486/83.35.30



Goed onder je dak
Algemene renovatie
Zonnepanelen
Sanitair - C.V.
Dakwerken
0476/55.58.09

Wil u ook sponsor worden van onze club? Neem contact op via info@judoclubbanzai.be of laat het weten aan één van de trainers.

Judoclub Banzai vzw – ondernemingsnr: 0725.528.623 – rekeningnr: BE14 0682 0310 4283
Dojo: Sporthal Nazareth – Sporthal Scaldis Gavere
maatschappelijke zetel: 's Gravenstraat 82, 9810 Nazareth – RPR afdeling Gent
contact: info@judoclubbanzai.be – telnr: 0485 11 38 30
website: www.judoclubbanzai.be

*Gebruik van deze informatie voor andere doeleinden is niet toegelaten.
Niet op de openbare weg gooien, gepast sorteren.*