



KARATE-DO SAN

2^e Open Karate Cup Strive en Struggle in den Bosch

Karate do SAN (Roosendaal) leraar Con Voermans (Etten-Leur) was afgelopen weekenden chieftrefere op deze 2^e cup. Buiten de normale wedstrijdvormen Kata (schijngevecht) en Kumite (sparren) stonden ook zijn ontwikkelde Totaal Kata en Kumite op het programma. Kata Totaal is een belangrijk onderdeel van het zwarte band (DAN) programma. Hier ziet men wanneer een deelnemer alle facetten van het karate traint, niet alleen de vorm! Totaal Kata, begint eerst met 6 technieken full contact te plaatsen op een stoot/trapkussen, waar na er een Hantei (beslissing) gevraagd wordt, deze score wordt genoteerd, aansluitend moeten beide tegelijkertijd hun Kata lopen, men komt elkaar dus tegen tijdens de Kata, hier ziet men gelijk wie er het beste geconcentreerd is. Het is nu niet alleen Kata lopen, maar gelijk ook bewust zijn, alert, op je omgeving. Wederom Hantei, deze score wordt opgeteld bij de eerste score en er komt een winnaar uit. Mocht het Hikkawaka (onbeslist) zijn, komt er een derde ronde, 3 technieken full contact op het stoot/trapkussen, na de Hantei wordt de winnaar aangewezen! Het Totaal Kumite is een wedstrijd vorm die lijkt op die van de WKF, maar dan met kleine wijzigingen. Men stoot niet na een score, men mag met 2 handen grijpen en werpen en men mag close combat technieken maken. Waarbij de veiligheid nooit uit het oog verloren wordt. Helaas voor Moustafa Makhlof kosten die veiligheidsregels hem de titel. Op het hoofd moet er 100% controle zijn, bij de eerste overtreding krijg je gelijk Hansoku Chui (gele kaart). Hij stond mijlen ver voor op punten, toen zijn eigen aanvalsdrijf hem fataal werd.

Wel werd hij op het einde van het toernooi uitgeroepen tot beste (Totale) vechter van het toernooi! Klasse!

Karate-do SAN deed mee met 4 jeugd deelnemers. Marly Maatjes, Michon Kosten, Jayden van Aert en May van Dorst. Alle deden hun beste beentje voor zetten en draaide verschillende rondes. Marly verloor om brons in de klasse meisjes 11-12 jaar en May won het brons in de klasse meisjes 14-15 jaar. Een dikke pluim voor coach Bert, die het toch maar weer eens op zich nam deze dag!



Het Totaal Karate Nederland timmert goed aan de weg, en groeit gestaagd, 14 scholen doen al mee, waarvan 1 uit België en 1 uit Duitsland.

Karate-do SAN heeft leden uit de volgende plaatsen: Bergen op Zoom, Roosendaal, Etten-Leur, Oudenbosch, Breda, Hoeven, Rucphen, Prinsenbeek en Essen (Bel).

Agenda tip:

- Vanaf heden, te Etten-Leur, Bootcamp en Buitentraining karate
- 9 mei een TOtaal stage te Leeuwarden bij karateschool Tensho
- 26 mei officiële Zwarte band / 1^e DAN examens TOtaal Karate KBN
- 7 september 17^e open West Brabantse te Roosendaal
- 2 oktober officiële zwarte band, hogere DAN examens TOtaal Karate Nederland in den Bosch
- 7 december the Battle of the Team in Rotterdam

Info: Karate, privé trainingen, bootcamps, coaching: www.karatedosan.nl 06-24222772