

Shin-nen Keiko 10-1-2009 in Shin-ShinBuken

Verlag van de Nieuwjaars Training

Op zaterdag 10 januari jl. hield het Bestuur van 11.00 tot 13.00 uur de traditionele Nieuwjaars Training. Dit keer hanteerden we een andere opzet dan in de voorafgaande keren.

Het was nu de bedoeling dat de sensei's van de vier hoofddisciplines allen tegelijk aanwezig zouden zijn en ieder op zijn beurt alle aanwezigen 30 min. lang zouden bezighouden en inwijden in een specifiek *thema* onderdeel van hun budo discipline.

De voorzitter begon met **Tai Ki Ken**.

Hij liet iedereen het jaar openen met een TaiKi en Shinto reinigingsritueel van zingen, losmaken en kiai geven, waar iedereen heel geconcentreerd en vol overgave aan meedeed.

Daarnaast moest kenpoka **Karel** het nieuwe jaar officieel open door een board te breken met een ferme stoot.

Zie foto.



Daarna nam sensei **Fred Quant** het over en liet allen eerst een zwaard oefening uitvoeren en gaf toen een techniek met een hanjo uit de Jo traditie.

Hij liet een bo-ken zwaard aanval blokkeren en counteren met de korte jo stok. Zie hiernaast.



Sensei **Rob Quant** gaf les in de shi-ho tsuki, 4 directions punch, een heel fraaie stoot en empi (elleboog) techniek uit de Kyokushinkai karatedo discipline.

Toen een ieder de choreografie door kreeg,

liet hij hem op vier man in de vier richtingen toepassen. Een hele goeie en mooie thema keuze overigens.



Sensei **Bas v/de Meij** eindigde met judo. Hij had collega Oscar meegenomen en hij liet alle aanwezigen van de andere 3 disciplines de principes van het judo met eenvoudige doch uitdagende stoeitechnieken ervaren en zich daarbij naar harte lust uitleven. Het groepspel waarmee hij eindigde was echt een uitdaging.

Rechts kenpoka en aikidoleraar **Rob Conradi** in stoeigevecht met kenpoka **Gert**.

Sake ceremonie tot slot

Alle lesgevende sensei hielden zich goed aan het tijdschema, zodat om 13.00 uur het traditionele en rituele sake schenken kon plaatsvinden.

Voordat men ons wil beschuldigen aan te zetten tot drankmisbruik, wil ik het volgende graag uitleggen.

In het Oosten wil men het nieuwe jaar schoon beginnen en daarbij oude negatieve ervaringen opruimen, wissen.

In de Chinese cultuur gaat dat gepaard met veel vuurwerk, lawaai en spektakel zoals Drakendans, in het Japanse budo dat teruggrijpt op veelal de Shinto traditie en het Boeddhisme, wil men het nieuwe jaar vooral sober inzetten en zich middels 'cleansing' rituele schoonmakende handelingen lichamelijk en geestelijk...openen om het nieuwe jaar schoon en open in te gaan.

Vandaar vaak het symbolische openen met zwaard in de vier richtingen, het luidkeels 'chanten' zingen van uit het diepst van de onderbuik en ziel ...en het reinigen met in dit geval de ontsmettende sake-alcohol.

De sake dient door de sensei's op respectvolle en waardige wijze aan hun leerlingen te worden uitgeschonken en aangeboden. Zeg maar uit eerbied dat ze zich het afgelopen jaar zo ingezet hebben voor de training en de club...en hen daarbij tevens alvast belonend voor hun komende inzet voor nieuwe budojaar. Rechts ziet u hoe anderszins de voorzitter door Seniors Bert en Hans sake krijgt aangeboden en tevens hoe ex-bestuurslid **dhr. Boelhouwer** van ShinShin zich de door sensei Fred en mede bestuurslid Jeffrey goed laat smaken. **Kampai!**



groepsfoto van alle aanwezigen in kamae met bo-ken

Aldus opgemaakt
door de voorzitter
Jan Kallenbach

