

WELKOM BIJ



In deze informatiebrochure:

WELKOM	p.1
TRAININGEN: WAAR en WANNEER?	p.5
ACTIVITEITEN	p.6
LIDGELD SHOTOKAN KARATE	p.7
LIDGELD RYU KYU KOBUJUTSU	p.8
EXAMENS SHOTOKAN KARATE	p.9
EXAMENS RYU KYU KOBUJUTSU	p.10
HUISHOUDELIJK REGLEMENT	p.11
CONTACT	p.13
LESGEVERS EN BESTUUR	p.13
SECRETARIAAT	p.14
INTERNET	p.14
DOJO KUN	p.15

WELKOM

We heten je graag van harte welkom bij INYO, waar we traditioneel Shotokan Karate-Dō en Ryu Kyu Kobujutsu - een gewapende krijgskunst - beoefenen.

Karate en Ryukyu Kobujutsu zijn in de eerste plaats krijgskunsten. Dat betekent dat er naast de sportieve kant, aandacht wordt besteed aan de Japanse tradities. Voor beide disciplines gaat het om het leren beheersen van gevechtstechnieken, en daar is een goede training van lichaam en geest voor nodig. Zo is het doel niet alleen je lichaam fit en gezond te houden door lichaamsbeweging, maar leer je in beide disciplines ook je aandacht en concentratie aanscherpen, en je wordt mentaal sterker en weerbaarder.

"INYO" is afkomstig uit het Taoïsme, en staat voor de harmonie van tegengestelden (beter bekend onder de Chinese karakters Yin en Yang). Het is een principe dat geldt in vele krijgskunsten, en zo is het ook erg belangrijk in de beoefening van Shotokan Karate-Dō. Het staat symbool voor het afwisselen van harde en zachte technieken, spanning en ontspanning, aanval en verdediging, in- en uitademen,...

Dojo INYO is aangesloten bij Shotokan Karate-dō International Federation BELGIUM (SKI-FB). Dojo's aangesloten bij deze federatie beoefenen het traditionele Shotokan Karate-Do, zoals gedoceerd door Hirokazu Kanazawa Kansho (10e dan). Vanuit de federatie is er deelname aan nationale en internationale stages en wedstrijden.

“RYU KYU KOBUJUTSU” behoort tot de klassieke krijgskunsten uit Okinawa. Je kunt kobujutsu of kobudo het gemakkelijkst omschrijven als "gewapend" karate. Het ryukyu kobujutsu systeem werkt met 8 soorten wapens. Deze zijn: bo, sai, tonfa, nunchaku, kama, tekko, rochin & tinbe, en surujin. Door het trainen van vaste vormen en partner oefeningen verkrijgt je vaardigheid en inzicht in het omgaan met wapens. Voor het RYU KYU KOBUJUTSU is Dojo INYO aangesloten bij Ryu Kyu Kobujutsu Hozon Shinko Kai Belgium en de door BLOSO erkende VJJF. De internationale federatie Ryu Kyu Kobujutsu Hozon Shinko Kai staat onder leiding van Kisho Inoue Hanshi.

In deze brochure vind je de nodige informatie over onze dojo. Je kan ook een kijkje nemen op onze website: www.inyo.be of indien je vragen hebt, aarzel dan niet om de lesgevers te contacteren.

Oss!

TRAININGEN: WAAR en WANNEER?

Adres:

Fitness 2001,
Engelakker 2
2960 Brecht
provincie Antwerpen

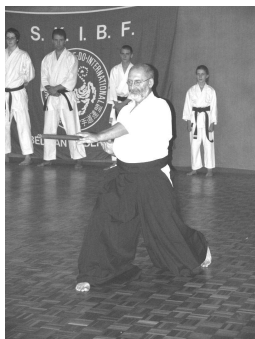
Lessen INYO Shotokan Karate-Dō:

Volwassenen:

maandag 20.30u - 22.30u
donderdag 20.30u - 22.30u
zaterdag 10.30u - 12.30u

Kinder- en jeugdtraining:

maandag 18.30u - 20.00u
donderdag 18.30u - 20.00u
zaterdag 10.30u - 12.00u



Lessen

Ryu Kyu Kobujutsu:

maandag 21.00u - 22.30u
donderdag 21.00u - 22.30u
zaterdag 10.30u - 12.30u

ACTIVITEITEN



Naast de gewone trainingen zijn er tal van activiteiten vanuit de clubs of vanuit de federatie. Informatie over deze activiteiten wordt regelmatig kenbaar gemaakt in de dojo, op de website, of via de mailinglist waarvoor je je kan inschrijven via kris@inyo.be of info@inyo.be

Vanuit INYO worden onder meer georganiseerd...

KAGAMI BIRAKI; onze eerste training van het jaar wordt op traditionele Japanse wijze gevierd

STRANDSTAGE; in de zomerperiode organiseren we een gratis stage op het strand

CLUBBARBEQUE; in de zomerperiode

WINTERSTAGE; de laatste zaterdag voor Kerstmis sluiten we het jaar af met de winterstage

HONDENWANDELINGEN; gezien het grote aantal hondenliefhebbers organiseren we enkele malen per jaar een wandeling met honden in de natuur, maar je kan natuurlijk ook zonder hond meewandelen.

DEMONSTRATIES; op activiteiten vanuit de Brechtse sportraad, vanuit BLOSO of vanuit federaties zoals VJJF, of soms op vechtsportgala's... moeten we met onze club ons beste beentje voor zetten.

Vanuit de federaties SKIFB en RYU KYU KOBUJUTSU BELGIUM worden er ook diverse activiteiten georganiseerd zoals... **STAGES** met nationale en internationale topinstructeurs en **WEDSTRIJDEN** (enkel voor karate)

LIDGELD INYO Shotokan Karate

LIDGELD + VERGUNNING:

De **EERSTE MAAND** is volledig **GRATIS**, ongeacht het aantal trainingen dat je per week deelneemt.

Voor aansluiting bij de club en de federatie, neem contact op met Ilse Lenaerts of Willy Detobel, of vraag informatie aan de lesgevers. Bij INYO wordt het lidgeld jaarlijks betaald.

Het lidgeld bevat je aansluiting bij de federatie, je verzekering, en het lesgeld in de dojo. Je krijgt hierbij het officiële SKI-FB vergunningsboekje waarin je examens en deelname aan activiteiten wordt bijgehouden.

De eerste keer dat je lidgeld betaalt en de verzekering afsluit, moet je langs de huisarts voor een **medisch attest**. De verzekering wordt **jaarlijks** vernieuwd. Indien je op tijd je aansluiting vernieuwt, d.w.z. voor het vervallen van de vergunning, dan hoef je vanaf het 2^e jaar niet meer langs de huisarts voor een medisch attest. Opgelet; bij laattijdigheid verwacht de verzekeraar dat je opnieuw een medische keuring ondergaat.

Het secretariaat van de dojo houdt de jaarlijkse betaling van je lidgeld en SKI-FB vergunning / verzekering in de gaten, maar het helpt om er zelf ook aan te denken!

Soms kan je gebruik maken van tegemoetkomingen in het lidgeld door gemeentebestuur of ziekenkas die het beoefenen van sport willen promoten. Informeer u hierover bij de sensei.



LIDGELD INYO Ryu Kyu Kobujutsu

Voor wie naast het karate wil aansluiten bij de Ryu Kyu Kobujutsu federatie wordt vanuit Ryu Kyu Kobujutsu Belgium het volgende gevraagd:

¥ 6000 eenmalig (Japanse lidmaatschap bij Ryu Kyu Hozon Shinko Kai)

+ € 25,00 per jaar (verzekeringskosten + aansluiting VJJF).

Let wel; dit is niet verplicht om lid te worden bij INYO, enkel voor wie examens wil afleggen binnen Ryu Kyu Kobujutsu Belgium.

Wie enkel wil aansluiten voor het Ryu Kyu Kobujutsu en NIET voor Shotokan Karate-Do (SKIBF) wordt geen verzekering aangevraagd bij SKIBF, maar wel bij VJJF. Het lidgeld voor INYO blijft hetzelfde, enkel de eenmalige aansluiting in Japan (¥ 6000) komt er dan bij.

Voor vragen kan je steeds terecht bij de lesgevers.



EXAMENS SHOTOKAN KARATE

In het Shotokan Karate (SKIF) onderscheiden we 10 kyu-graden, en vervolgens dan-graden.

- 10 kyu = witte gordel
- 9^e kyu = witte gordel + 1 zwart streepje
- 8^e kyu = gele gordel
- 7^e kyu = oranje gordel
- 6^e kyu = groene gordel
- 5^e kyu = blauwe gordel
- 4^e kyu = paarse gordel
- 3^e kyu = bruine gordel
- 2^e kyu = bruine gordel
- 1^e kyu = bruine gordel
- 1^e dan = zwarte gordel

Examens tot en met 2^e kyu worden in de club afgenomen door de clubinstructeurs. Vanaf 1^e kyu en voor dan-graden (d.w.z. vanaf zwarte gordel) worden de examens in de federatie afgenomen en krijg je een diploma uit Japan. Examens 1^e kyu en 1^e dan worden afgenomen door Stephane Castrique, Chief Instructor SKIBF. Hogere dan-examens worden afgenomen door Japanse instructeurs op de (half-) jaarlijkse stages.

Tussentijds examen INYO-dojo (enkel voor kinderen) : gratis
Officieel examen S.K.I. voor de S.K.I.-zegel : 5 Euro



EXAMENS RYU KYU KOBUJUTSU

In het Ryu Kyu Kobujutsu onderscheiden we 5 kyu-graden en vervolgens dan-graden.

- 5^e kyu = witte gordel
- 4^e kyu = blauwe gordel
- 3^e kyu = groene gordel
- 2^e kyu = bruine gordel
- 1^e kyu = bruine gordel
- 1^e dan = zwarte gordel

Examens in het Ryu Kyu Kobujutsu worden afgenomen door Roy Soentjens, chieff instructor van Ryu Kyu Kobujutsu Belgium, en dit op de trainingen die vanuit de federatie worden georganiseerd.

Voor dan-graden (d.w.z. vanaf zwarte gordel) krijg je een diploma uit Japan.



HUISHOUELIJK REGLEMENT

De vorming van het karakter van de krijgskunstbeoefenaar vraagt om zelfdiscipline en respect voor zichzelf en de omgeving, dat wil zeggen voor de dojo en de medekarateka's of –kobujutsuka's. Daarom bestaat er in krijgskunst een dojo-etiquette.

GEDRAGSCODE DOJO INYO

- 1) We groeten bij het betreden en verlaten van de dōjo. De dōjo wordt rustig betreden. Het is een plaats van training die gerespecteerd wordt. Zaken en politiek worden niet besproken in de dōjo.
- 2) Toon respect voor elkaar, zowel in als buiten de dōjo. Respecteer het elkaar begroeten.
- 3) We groeten de sensei (leraar) bij het betreden, of wanneer de sensei binnenkomt.
- 4) Probeer steeds op tijd te zijn. Het is gebruikelijk wanneer men later komt te wachten aan de zijkant in kniezit tot de lesgever u begroet.
- 5) De training begint met groeten en eindigt met groeten.
- 6) “Wie hoger is in graad behandel je met respect, wie lager is in graad behandel je liefdevol.” (Hirokazu Kanazawa)
- 7) Het is verboden sieraden of horloges te dragen tijdens de training, verwijder piercings indien mogelijk. Zo voorkom je kwetsures voor jezelf en je partner.
- 8) Beperk praten tijdens de les tot een minimum; probeer te focussen op je eigen training en laat anderen hetzelfde doen.
- 9) Vermijd blessures door aandachtig te luisteren naar de lesgevers en aandachtig te blijven bij de oefeningen.

- 10) De leraar wordt aangesproken met Sensei, de assistenten met Sempai, vb. wanneer je een vraag wil stellen.
- 11) Hecht voldoende belang aan je persoonlijke hygiëne; de karategi moet proper verzorgd zijn, schone handen en voeten, teen- en vingernagels kort geknipt en lange haren verzorgd in een staart.
- 12) Verzorg wonden en blessures; breng de nodige bandages aan voor aanvang van de les. Let op verzorging van voet- en huidziektes.
- 13) De leden mogen niets van de geleerde technieken overbrengen bij niet-leden. Gebruik je technieken buiten de training enkel in geval van nood, waar wettige verdediging van jezelf of anderen het toestaat.
- 14) Karate-dō stopt niet bij het verlaten van de dōjo !



CONTACT

Website: WWW.INYO.BE

Op de website vind je informatie over karate en kobujutsu, de federaties, maar ook over onze dojo, de ledenlijst, activiteitenkalender, foto's, etc.

e-mail: info@inyo.be

LESGEVERS en BESTUUR

Willy Detobel

+32 (0) 495 48 67 05 kyan@skynet.be

Bart Laps

+32 (0) 478 66 43 52 info@inyo.be

Kris Lenaerts

+32 (0) 478 40 47 08 kris@inyo.be

Alois Wouters (kinder- en jeugdtrainer)

+32 (0) 476 98 48 89 alouis.w@telenet.be

Ilse Lenaerts (kinder- en jeugdtrainer + secretariaat)

+32 (0) 479 97 89 36 ilse.lenaerts@telenet.be

Dirk Marks (bestuursmedewerker)

dirkmarks@skynet.be

SECRETARIAAT

Ilse Lenaerts
+32 (0) 479 978 936 ilse.lenaerts@telenet.be

Betalingen van lidgelden en verzekering cash of storten op rekening van Dojo INYO 750-620784-503 **met vermelding van "lidgeld (naam lid)"**

INTERNET

De website van INYO www.inyo.be

Leden kunnen ook informatie vinden en uitwisselen op het INYO WEBLOG

<http://inyoblog.inyo.be>

De website van Shotokan Karate-Do International Belgian Federation

www.skibf.be

De website van Ryu Kyu Kobujutsu Belgium

www.ryukyukobujutsu.be

DOJO KUN

人格完成に努める事

Hitotsu Jinkaku Kansei ni Tsutomoru Koto!
One! To strive for the perfection of character!

誠の道を守る事

Hitotsu! Makoto No Michi O Mamoru Koto!
One! To defend the paths of truth!

努力の精神を養う事

Hitotsu! Doryoku No Seishin O Yashinau Koto!
One! To foster the spirit of effort!

礼儀を重んずる事

Hitotsu! Reigi O Omonzuru Koto!
One! To honour the principals of etiquette!

血気の勇を戒むる事

Hitotsu! Kekki No Yu O Imashimuru Koto!
One! To Guard against impetuous courage!

