

Samoerai nieuwsbrief – april 2014

Beste karateka,
Beste ouders,

Samoerai Leuven organiseerde op zondag 16 maart 2014 de jaarlijkse steakdag : de positieve commentaar achteraf bewees nogmaals dat de afwezigen ongelijk hadden ! Wij danken de aanwezigen voor hun komst en onze medewerkers voor hun hulp.

In april staan er twee leuke competities op de agenda voor onze club : het **provinciaal kampioenschap** van de VKF-Multistijl dat doorgaat in **Averbode** op **zondag 13 april 2014** en het **Regenboogtoernooi** in **Bierbeek** op **Paasmaandag 21 april 2014**.

Dichtbij huis : dus ideaal om onze karateka's eens bezig te zien en om te komen supporteren !

Martiale groet,
Bestuur Karateclub Samoerai Leuven vzw



Provinciale training VKFM – 26 april 2014

Zaterdag 26 april 2014 - Heverlee



VLAAMSE KARATE FEDERATIE v.z.w.

Vleugel van de Belgische Karate Federatie vzw
Via de Belgische Karate Federatie vzw aangesloten bij:
European Karate Federation
World Karate Federation
Belgisch Olympisch Interfederaal Comité

provinciale training

*Erkende provinciale training
als voorbereiding op Shodan Shiken*

Georganiseerd door het Provinciaal Comité Vlaams-Brabant
met als lesgevers Geert Cleynen, Rudi Holemans,
Jean-Pierre Vandoren, Patrick Bosmans

Waar
Campus Hertogstraat
Hertogstraat 178
3001 Heverlee

Datum
ZATERDAG 26 APRIL 2014
van 10u30 tot 12u30

Voorwaarden tot deelname

€ 7,00 per deelnemer
€ 5,00 vanaf het 2e lid van dezelfde familie
Gratis vanaf het 3e lid van dezelfde familie

! die dag is er geen training !

Wado Ryu stage Eksel – 3 mei 2014

Zaterdag 3 mei 2014 – Eksel

Karateclub KCAR organiseert in samenwerking met WADO VLAANDEREN de jaarlijkse Wadostage te Eksel op zaterdag 3 mei 2014 van 14u00 tot 17u30.



organiseert in samenwerking met WADO VLAANDEREN
WADO RYU stage Eksel

Datum: Zaterdag 3 Mei 2014 van 14:00 tot 17:30

Locatie: Gemeentelijke Sporthal van Eksel, Dennenstraat 8 Hechtel - Eksel

De stage staat onder leiding van:

- ✓ Mathieu Beysen 7e Dan WIKF/WKF
- ✓ Alain Rayen 7e Dan WKF
- ✓ Rudi Holemans 6e Dan WKF
- ✓ Stany Deleersnijder 6e Dan WIKF
- ✓ Els Appermans 5e Dan WIKF
- ✓ Werner Simenon 5e Dan WIKF
- ✓ Paul van Cleynenbreugel 4e Dan WIKF
- ✓ Leen Put 3e Dan WKF
- ✓ Steven Achten 3e Dan WKF
- ✓ Brecht Evens 2e Dan WKF
- ✓ Carlo Jansen 2e Dan WKF

Deelnameprijs: €16 voor de leden van WADO VLAANDEREN en €20 voor Niet leden.

! die dag is er geen training !

Competitieresultaten

Belgisch kampioenschap Wado-karate – 23 maart 2014

Kata :

- 1e plaats : Jeffrey Somers (12-13 jaar)
- 3e plaats : Kieran Stalpaert (12-13 jaar)
- 3e plaats : Lisa Bracke (dames senioren)
- 3e plaats : Joost Waeterloos (heren +35)

Kumite :

- 3e plaats : Matisse Waeterloos (jongens 8-9 jaar)
- 3e plaats : Jelena Lakovic (meisjes 12-13 jaar)
- 2e plaats : Connor Stalpaert (heren 14-15 jaar)
- 2e Plaats : Robbe Vandeuren (heren 16-17 jaar)
- 1e plaats : Lisa Bracke (dames senioren)
- 3e plaats : Margot Bracke (dames senioren)

Trainingen Junior Lefevre

Zaterdag 17 mei 2014 & zaterdag 14 juni 2014
SPORTOASE – 10u00-12u00

Junior Lefevre zal op 2 zaterdagen een specifieke stage komen geven in onze club.

Op **zaterdag 17 mei 2014** zal het thema **kumite** zijn; op **zaterdag 14 juni 2014** gaat het specifiek over **kata**.

Junior is nog steeds lid van Samoerai Leuven en heeft tevens zijn eigen club in Luik. Hij is tweevoudig wereldkampioen en behaalde verschillende Europese titels. De laatste jaren geeft hij stages over de hele wereld, is hij onder meer actief als nationaal coach van verschillende landen en als persoonlijke trainer van enkele huidige wereld- en Europees kampioenen.



Wijziging : doelgerichte trainingen → donderdag

De **doelgerichte trainingen** die tot nu toe doorgingen op woensdag van 18u00 tot 19u00 in Sportoase Leuven, worden verplaatst naar **donderdag van 19u00 tot 20u30** op dezelfde locatie.

Deze trainingen worden gegeven door sempai Kris Vansteenwegen, 3e dan WKF en scheidsrechter A van de Vlaamse Karate Federatie.

De doelgerichte training staat open voor iedereen (jeugd vanaf oranje gordel) die zich wil voorbereiden op wedstrijdkata of het dangradenexamen.

De kataselectie zal voortaan ook de specifieke wedstrijdtrainingen krijgen tijdens de doelgerichte trainingen op donderdag.

Het is de bedoeling dat deze doelgerichte training een bijkomende training is en dus niet je andere trainingen gaat vervangen. De normale trainingen op woensdag en donderdag blijven tegelijkertijd verderlopen zoals voorheen.

Een overzicht van de trainingen in onze club :

- * **Maandag** (Sportoase) 20u30-22u00 : senioren (vanaf 14 jaar) en 35+ groep
- * **Dinsdag** (Sporthal Kessel-Lo) 18u30-19u30 : jeugd
- * **Woensdag** (Sportoase) 18u00-19u00 : jeugd
- * **Donderdag** (Sportoase) 19u00-20u30 :
 - competitietraining : senioren + jeugd (vanaf gele gordel)
 - doelgerichte trainingen : senioren + jeugd (vanaf oranje gordel)
 - 1e donderdag van de maand : 35+ groep
- * **Zaterdag** (Sportoase) 10u00-11u30 : allen

Extra conditie- en krachtrainingen

Vanaf maandag 31 maart 2014 starten we met extra trainingen die zich toespitsen op **kracht, stabilisatie, uithouding** en **lenigheid**.

Deze staan los van de huidige karatetrainingen, maar bieden je een extra kans om je lichaam aan te scherpen in functie van de bestaande trainingen. Iedereen vanaf 12 jaar is welkom en kan op zijn eigen niveau instappen en groeien. De trainingen zijn ten eerste aanbevolen voor karateka's die aan de competities deelnemen.

Het programma dat we aanbieden is opgesteld door Rachid Havelaerts (wedstrijdtrainer Samoerai Leuven / trainer & lid van de Sportcommissie van de Vlaamse Karate Federatie) en Vladimir Lakovic (voormalig voetbaltrainer bij Union en White Star Woluwe). De trainingen zelf zullen hoofdzakelijk gegeven worden door trainer Vladimir Lakovic.

Datum	Training	plaats	uur
ma 31/03	conditie	Park Heuvelhof Kessel-Lo - Finse piste	18u15- 19u15
wo 02/04	conditie	Sportoase / Abdij van 't Park	19u00- 19u45
za 05/04	kracht	Sportoase	11u30- 12u00
ma 07/04	conditie/kracht	Park Heuvelhof Kessel-Lo - Finse piste	18u00- 19u30
wo 09/04	conditie	Sportoase / Abdij van 't Park	19u00- 19u45
za 12/04	kracht	Sportoase	11u30- 12u00
ma 14/04	conditie/kracht	Sportkot Leuven - Finse piste	10u30- 12u00
di 15/04	conditie/kracht	Park Heuvelhof Kessel-Lo - Finse piste	10u30- 12u00
vr 18/04	conditie/kracht	Sportkot Leuven - Finse piste	10u30- 12u00
za 19/04	kracht	Sportoase	11u30- 12u00
wo 23/04	conditie	Sportoase / Abdij van 't Park	19u00- 19u45
do 24/04	conditie/kracht	Sportkot Leuven - Finse piste	18u30- 19u30
za 26/04	kracht	Sportoase	11u30- 12u00
ma 28/04	conditie	Park Heuvelhof Kessel-Lo - Finse piste	18u15- 19u15

Gelieve je te voorzien van aangepaste **sportkledij** en degelijke **loopschoenen** (bij voorkeur geen 'Vans' of 'All Stars' om rugproblemen te vermijden).

Met al je vragen kan je terecht bij Rachid Haevelaerts (0470-87 35 09 of rachid.haevelaerts@samoerai-leuven.be).

We hopen je te verwelkomen op deze trainingen !

Agenda - Kalender

Agenda april 2014

Zo 13/04/2014 : VKFM provinciaal kampioenschap (Averbode)
Ma 21/04/2014 : geen training - sporthal gesloten (Paasmaandag)
Ma 21/04/2014 : Regenboogtornooi Wado Blits Bierbeek (kata)
Wo 23/04/2014 : Kampioenviering Leuven (Het Depot - 20u00)
Do 24/04/2014 : Kadertraining (enkel voor lesgevers)
Za 26/04/2014 : VKFM-Provinciale training (Heverlee)
Za 26/04/2014 : geen training
Za 26/04/2014 : Krokoyama Cup (Koblenz - Duitsland)

Agenda mei 2014

Do 01/05/2014 : geen training - sporthal gesloten (Feest van de Arbeid)
Za 03/05/2014 : Wadostage KCAR (Eksel)
Za 03/05/2014 : geen training
Zo 11/05/2014 : VKFM - Shodan Shiken (Brugge)
Za 17/05/2014 : clubtraining Junior Lefevre - kumite (Sportoase 10u00-12u00)
Do 29/05/2014 : geen training - sporthal gesloten (O.L.H Hemelvaart)

Voor meer info ivm competities en stages kan u bij de trainers terecht.
Inschrijvingen via onze website !



Provinciaal Kampioenschap Vlaams-Brabant

Zondag 13/04/2014
Averbode



Praktisch

Datum & Plaats	zondag 13 april 2014 Sporthal Averbode, Vorststraat 55, 3271 Averbode
Controle vergunning	Deelnemers Kata: 08.30u - 8.45u Deelnemers Kumite: 12.30u - 12.45u
Aanvang	Kata: 09.00 uur Kumite: 13.00 uur
Toeschouwers	€ 7 (<10 jaar gratis)

REGENBOOG TORNOOI BIERBEEK

In samenwerking met Wado Vlaanderen



KC WADO BLITS BIERBEEK vzw

SPORTHAL DE BORRE
SPEELPLEINSTRAAT 10 BIERBEEK

Paasmaandag 21 april 2014



VLAAMSE KARATE FEDERATIE v.z.w.

Vleugel van de Belgische Karate Federatie vzw
Via de Belgische Karate Federatie vzw aangesloten bij:
European Karate Federation
World Karate Federation
Belgisch Olympisch Interfederaal Comité

provinciale training

Georganiseerd door het Provinciaal Comité Vlaams-Brabant

Waar
Campus Hertogstraat
Hertogstraat 178
3001 Heverlee

Datum
ZATERDAG 26 APRIL 2014
van 10u30 tot 12u30

Partners

WOK à VOLONTE
 Tiensesteenweg 97
 3010 Kessel-Lo
 Tel. 016 25 55 44 • Fax 016 25 53 50
 Open van 12 tot 14.30 & van 17.30 tot 23u. Maandag gesloten
www.chinacapital.be



VRIENDS
 Part of the Longin Services Group

INSTALLATIE EN HERSTELLINGEN VAN
 CENTRALE VERWARMING & SANITAIRE INSTALLATIES
 WATERBEHANDELING & AIRCO
 ONDERHOUD GAS - & STOOKOLIEKETELS

TEL 016 44 87 69
WWW.VRIENDS.BE - INFO@VRIENDS.BE

BOO BOO PRINTS
 Wilselsesteenweg 79
 3010 Kessel-Lo
 GSM: 0476/288627
BooBooprints@Hotmail.com
 The boo brothers
KLEDING PRINTS

AXIS TRAVEL

Leuvensesteenweg 749
 3071 Kortenberg
 +32 (0)2 759 59 70
axis.travel@skynet.be

**FRITUUR 'T HOEVEKE
 BIJ RAF**

WILSELSESTEENWEG 81
 3010 KESSEL-LO

Café
Brusselsepoort
 bij
Monique & Jappy

MAMMA MIA
 PIZZERIA & PASTERIA

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

Open	Zaterdag
12.00 - 14.30	17.30 - 23.00
18.00 - 23.00	Zondag gesloten

Brouwerij Traagwater
 Oud-Heverleestraat 34
 3001 Heverlee
 Tel/fax : 016-437989
alexis.pues@telenet.be

Tibecom
 Computer Systems

Verkoop hard- en software
 Upgraden en onderhoud
 Installaties en herstellingen

Ook als de computers
 elders gekocht zijn

Bessenlaan 42 - 3110 Rotselaar
 Tel. 016/ 58 30 45 - gsm 0475/ 40 84 07
info@tibecom.be - www.tibecom.be

Café 't Kaffaat

**Naamsepoort
 Leuven**

Alle dagen open vanaf 10u

B&D TECHNICS

**Centrale Verwarming
 Sanitair**

Bergenstraat 42
 3020 Herent
 GSM 0477 81 65 87
 Tel. 016 20 82 24 • Fax 016 23 60 74

www.brittoflex.be

Zonwering (Binnen & Buiten)
 Rolluiken - Sectionaal poorten

Brittoflex

Koetsweg 228 - 3010 Kessel-Lo
 ☎ 016 25 32 84 - Fax. 016 25 89 47



De Streekkrant

Met medewerking van de
 Provincie
 LIMBURG

LEUVEN
 Provincie
 BRABANT

Met medewerking
 van de Stad Leuven

www.samoerai-leuven.be

Secretariaat : A. Woutersstraat 150 - 3012 Wilslele
 Ondernemingsnr. 428.660.618

De Samoerai Nieuwsbrief is een uitgave van KC 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 KC Samoerai Leuven vzw is niet verantwoordelijk voor de inhoud van deze sites of het gebruik dat ervan zou kunnen worden gemaakt.
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 : nieuwsbrief@samoerai-leuven.be.
Indien deze versie onleesbaar : pdf-versie in bijlage en/of op website.