



## Welkom

Beste Panda, Tijger, Samoerai,  
Beste sympathisant, vrijwilliger en familie,

Het nieuwe seizoen is alvast goed begonnen, we mochten vanaf de eerste training alweer wat nieuwe leden verwelkomen. Natuurlijk heten we onze bestaande leden ook graag mee welkom!

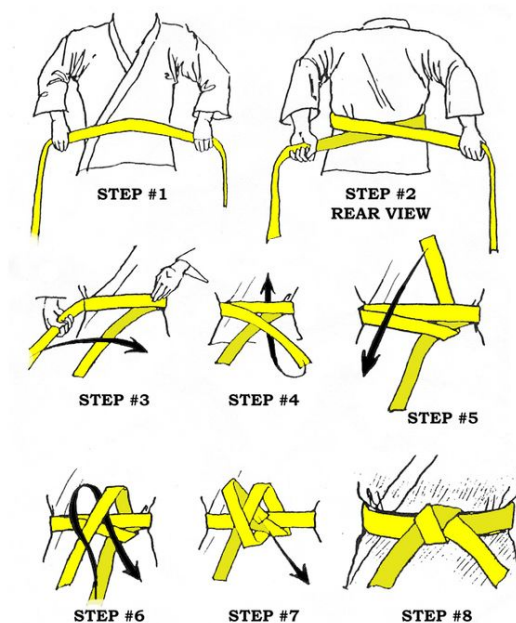
## Gedragcode

Voor de nieuwe leden, maar ook als opfrissing voor diegenen die al wat langer meedraaien, geven we graag nog eens wat puntjes mee waarmee we de orde, rust en respect tijdens de trainingen voor iedereen proberen garanderen.

Samoerai leefden volgens de 'bushido code,' een set van waarden waarbij ridderlijkheid, mededogen en een sterk karakter belangrijk waren. Krijgers werden geacht deze waarden hoog te houden als een morele standaard en niet voldoen aan deze verwachtingen zou de Samoerai in grote mate onteren.

Dit is wat Jiu Jitsu ons ook vandaag de dag nog leert. Respect, zelfbeheersing, mentaal en fysiek evenwicht. Daarom draaien de regels in de Dojo rond respect voor de Dojo, de Tatami en voor elkaar:

- Op de mat gelden eerst en vooral regels qua kledij. Dit is de voorgeschreven tweedelige Gi met de Kyu of gordel. Onder de witte Gi dragen we een gewone -niet uitgesneden- witte t-shirt, onder een zwarte Gi dragen we een zwarte t-shirt. Juwelen worden uitgedaan of afgedekt met pleisters. Ook wondjes worden afgedekt en nagels zijn kort geknipt. Dit is een kleine handleiding voor de knoop in de gordel:





Bij aankomst in de dojo heeft iedereen zijn eigen Gi en gordel mee. De kledij die de club op voorraad houdt dient om te verkopen, niet om uit te lenen. Het is niet de taak van de materiaalmeester om voor de training heen en weer te lopen omdat iemand zich thuis niet heeft voorbereid. Wanneer dit in de toekomst voorvalt, meld je dit aan de leraar met de hoogste Kyu, sluit je bij de opstelling aan achter de witte gordels en verlies je voor de duur van die training je graad die je tot dan toe hebt behaald.

- Buig steeds bij het betreden en verlaten van de tatami.
- Vraag tijdens de training toestemming aan de Sensei om de tatami te verlaten. Als je te laat bent, vraag je toestemming om je bij de groep te voegen.
- Hou de tatami schoon. Daarom dragen we geen schoeisel op de tatami, wel ernaast (zo blijven je voeten proper als je terug de tatami betreedt). Je schoenen en drinkfles staan netjes tegen de mat zodat er voldoende ruimte is om te passeren.
- Kijk ook eens achterom op het eind van de training (is alles proper, kan ik helpen opruimen). Eten of drinken doen we altijd buiten de tatami. Ook in de kleedkamer houden we alles proper en respecteren we mekaars materiaal.
- Respecteer steeds je trainingpartners. Bij aanvang van een oefening wordt er oogcontact gemaakt terwijl we buigen naar mekaar. Ook op het einde van de oefening.
- We ondersteunen elkaar, ongeacht welke kyu. Sterkte tonen we door mekaar beter te maken, niet door mekaar te proberen verslaan.
- Bij aanvang en op het einde van de training stellen we ons op in een respectvolle en aandachtige houding voor de Sensei. Hierbij schikken we onze kledij zoals het hoort en staan we in volgorde van Kyu.
- Wanneer de lesgever spreekt, wordt er in stilte geluisterd. Als je vragen of opmerkingen hebt wacht je tot na de uitleg. Dit geldt evenzeer voor wie zich niet op de Tatami bevindt, dus voor de hele Dojo.
- Wanneer je omgekleed bent kan je rustig in de kleedkamer wat praten of naast de Tatami naar de vorige groep kijken. Noch de kleedkamer, noch de Dojo is een speeltuin. Als je je persoonlijke bezittingen liever niet achterlaat in de kleedkamer kan je deze (netjes!) langs de Tatami leggen in de hoek van de Dojo aan de kant van de kleedkamer van de bokscub.

## Truien

Op de nieuwjaarsreceptie vorig jaar hebben we het ontwerp van onze nieuwe truien voorgesteld en het enthousiasme was meteen gigantisch. Binnenkort kunnen we opnieuw een bestelling plaatsen, dus voor wie er nog geen heeft of er twee wil ;-), laat het vooral aan ons weten zodat we een correcte inschatting kunnen maken wat betreft het nodige aantal (aantal omhoog, prijs omlaag).

## Patches

Nieuwe leden, maar ook leden die al wat langer meedraaien zijn soms nog niet in het bezit van alle voorgeschreven patches op hun Gi. Jullie kunnen de 3 patches bij de eerstvolgende training ophalen bij Yoni, Joni of Kenny. Deze zijn momenteel beperkt op voorraad, maar worden uiteraard meteen bijbesteld waar nodig. We zetten nog foto's op de facebookgroep zodat jullie ook kunnen zien waar ze precies moeten opgenaaid worden.



## Agenda

Hier alvast enkele data die jullie in de agenda's kunnen noteren:

- Jaarlijkse nieuwjaarsreceptie: 19 of 26 januari
- Tijdens de herfstvakantie: geen training
- Training onder leiding van onze jaarlijkse gastleraar uit Spanje: 6 december

## Vrijwilligers

Graag doen wij ook onze jaarlijkse oproep naar vrijwilligers. Ben jij een ouder, grootouder, broer, zus van een lid of gewoon sympathisant en zie je het zitten om tijdens onze activiteiten buiten de mat (nieuwjaarsreceptie, toernooi, uitstapjes,...) een handje toe te steken? Laat het ons dan zeker weten ([info@myiamoto.be](mailto:info@myiamoto.be)), je hoeft niet op de mat te staan om bij de club te horen.

## Wijnverkoop

Tot slot: In de loop van de maand oktober starten wij als club met een wijnverkoop. Zo hopen we de clubkas wat aan te vullen om materiaal, activiteiten op of buiten de mat, en ja misschien zelfs een clubtoernooi te financieren. We doen dit bewust voor de feestdagen, zo heb je bijvoorbeeld al op tijd de nodige voorraad cava in huis of een lekker kadootje voor de gastheer/gastvrouw waar jullie de feestdagen doorbrengen... Enfin, zelf uitdrinken mag ook natuurlijk!

Hieronder vinden jullie het aanbod, de nodige bestelformulieren worden binnenkort op training en via mail bezorgd. Zoals jullie gewoon zijn met de koekjesverkoop, komen we de bestellingen daarna ook bij je thuis afleveren!

Oss! En tot op de volgende training!

Team Myiamoto



**Wij rekenen op uw steun !  
Koop een Spaans wijntje of Cava,  
de opbrengst gaat naar de club kas.**



Cava Brut gemaakt van de druiven Macabeo, Xarello en parellada. 9 maanden op fles gerijpt. Strogeel van kleur met groene reflecties. Aroma's van appel, peer, banaan en licht geroosterde accenten. Zoete entrée, fris en fruitig, aangename bubbels in de mond. Suikergehalte: 12g/L. Best serveren tussen de 7°C en 8°C. De Belgen drinken het graag als aperitief maar past ook bij sushi, poke bowl en chocolade desserts.

**11€ / fles  
60€ / doos**



Speciale witte wijn wegens de Catalaanse druiven Macabeo en Xarel.lo. Heeft een hoge aromatische intensiteit van appel, peer en banaan. Zachte intrede, fris en fruitig, persistent in de mond.

Best serveren bij 8°C. Kan gedronken worden als aperitief maar past ook uitstekend bij kip- en visgerechten. Suikergehalte: slechts 1g/L.

**11€ / fles  
60€ / doos van 6 flessen**

Rosé wijn gemaakt met Cabernet Sauvignon en Merlot druiven uit Catalonië. Intens rose maar helder van kleur. Hoge aromatische intensiteit met een toets van aardbei en rood fruit. Fris en vol in de mond.

Best serveren bij 8°C. Kan gedronken worden als aperitief maar past ook uitstekend bij kip- en visgerechten. Suikergehalte: slechts 3g/L.

**11€ / fles  
60€ / doos**

Rode wijn gemaakt met Cabernet Sauvignon druiven uit Catalonië, granaat rood van kleur. Hoge aromatische intensiteit met subtiele tonen van kers, zwarte bes en vanille.

Best serveren tussen de 16 en 17°C. De pittige accenten en het rijp fruit versterken de smaak van rood vlees of wild. Suikergehalte: slechts 1g/L.

**13€ / fles  
74€ / doos**

**Met uw centjes organiseren wij evenementen voor de jeugd !**