

Meer informatie en actueel nieuws staat altijd op [www.judoyushi.nl](http://www.judoyushi.nl)

## Kalender

**Judo2Inspire  
teamtoernooi**  
zaterdag 21 oktober  
Judo Yushi Nieuw-Vennep

**Thuiswedstrijd  
team senioren**  
zaterdag 28 oktober  
Judo Yushi Nieuw-Vennep

**Kampioenschap  
regio pup B**  
zondag 29 oktober  
Judo Yushi Nieuw-Vennep

**Herfstvakantie**  
maandag 23 okt -  
zaterdag 28 okt  
geen jeugdlessen, wel  
volwassenjudo op di. 19.45  
uur en wedstrijdtrainingen

**Open Judoles**  
woensdag 25 oktober  
Open judolessen voor alle  
leden (tuimeljudo/  
kleuterjudo en jeugdjudo) en  
vriendjes/vriendinnetjes;  
locatie Nieuw-Vennep.  
[Klik hier voor meer info](#)

**Puntencompetitie**  
zondag 26 november  
eerste ronde: locatie Nieuw-  
Vennep

**Topjudotoernooi  
Haarlemmermeer**  
Zat. 16 en zon. 17 dec.  
Sportcomplex Koning  
Willem Alexander  
Hoofddorp

**Alle informatie staat  
ook op de on-line  
kalender op**  
[www.judoyushi.nl](http://www.judoyushi.nl):  
[kalender](#)

## Puntencompetitie inschrijving open!

De inschrijving voor de Puntencompetitie is geopend. Zie de brief in de bijlage of kijk op [www.judoyushi.nl](http://www.judoyushi.nl). De uiterste inschrijfdatum is zaterdag 11 november.

### Wedstrijdjudo ter voorbereiding op de Puntencompetitie:

Wil je je goed voorbereiden op de puntencompetitie en ook meedoen met wedstrijden buiten de club, dan kun je meedoen met wedstrijdjudo op woensdag in Nieuw-Vennep of op zaterdag in Osdorp. Stuur een mail naar [info@judoyushi.nl](mailto:info@judoyushi.nl) of geef dit aan op het inschrijfformulier van de Puntencompetitie. De eerste maand tot aan de eerste puntencompetitiedag kun je wedstrijdjudo gratis uitproberen.

### Vrijwilliger(s) gezocht voor organisatie

De afgelopen jaren is de organisatie in handen geweest van Gordon. Het blijkt dat het voor één persoon net iets te veel werk is om het strak te kunnen organiseren. Ben jij goed in organiseren/ managen van processen en kun je helpen met de verwerking en publicaties van de indeling en uitslagen en het helpen werven van vrijwilligers voor de competitiedagen? Meld je dan rechtstreeks bij Gordon of via [info@judoyushi.nl](mailto:info@judoyushi.nl)

## Thuiswedstrijd Hoofdklasse competitie zaterdag 28 oktober

Op zaterdag 28 oktober vindt de thuiswedstrijd van Judo Yushi plaats in de Hoofdklasse van de teamcompetitie in Noord-Holland. De wedstrijden vinden plaats bij Judo Yushi in Nieuw-Vennep en toegang is gratis. Kom allemaal ons team aanmoedigen! De wedstrijden starten om ca. 18.00 uur!

## Volwassenenjudo voor beginners en oud-judoka's

Ben jij een oud-judoka en heb je al lang niet meer op de mat gestaan of heb je nog nooit gejudood en wil je het wel eens proberen? Vanaf 1 november starten we bij voldoende aanmeldingen met judo voor volwassenen op woensdagavond in Nieuw-Vennep onder leiding van Biko Vos. Meld je aan via het contactformulier op de website of via [info@judoyushi.nl](mailto:info@judoyushi.nl). Deelname vanaf ca. 17 jaar mogelijk.

## 'In beweging in balans' les

Merkt u dat u een dagje ouder wordt? In de lessen 'In beweging in Balans' lessen werken we aan uw fitheid en doen we oefeningen om het lichaam soepel te houden. Door beter te bewegen zult u merken dat simpele dingen in het dagelijks leven weer makkelijker zullen gaan. Doordat de les in groepsverband is, is sporten ook nog eens heel gezellig! In de les wordt gewerkt aan het soepel houden van spieren en gewrichten, coördinatie en balans. In de les wordt naast balans, mobiliteit, coördinatie ook zitten en opstaan stapsgewijs geoefend inclusief omgaan met valbeweging. We starten met een 10-weekse cursus vanaf vrijdag 20 oktober voor 75 euro (of 10 euro per losse les). Kom langs in Nieuw-Vennep op vrijdag in de les van 10.30 uur – 11.30 uur. De les staat onder leiding van Denise Bouchier.



In september en oktober vond de Grote Clubactie weer plaats. De Grote Club Actie is belangrijk om evenementen te kunnen organiseren, zoals de Puntencompetitie, de Japanse Week, Sinterklaas, de eindejaarsactiviteit en lesmaterialen.

Het is inmiddels weer tijd om de loten terug in te leveren. Verkoop nog snel en lever je loten in. Ook dit jaar liggen er voor alle lotenverkopers weer een gratis toegangskaart voor het Topjudotoernooi klaar bij de judoleraars en krijg je een cadeau o.b.v. het aantal verkochte loten!

## Vrijwilligers voor diverse activiteiten

Net zoals elke andere club proberen we elk jaar activiteiten te organiseren voor onze judoka's. Dat kan alleen met vrijwilligers. Wij zijn van mening dat we niet in commissies vrijwilligers langdurig en een jaar lang moeten belasten, maar we hopen dat een vrijwilliger één of een enkele activiteit wil oppakken, zodat dat lang vol te houden is.

### EHBO

Op de club organiseren we diverse evenementen, waarbij de aanwezigheid van EHBO erg welkom is. Dit gaat bijvoorbeeld om de puntencompetitie, de regiokampioenschappen en thuiswedstrijden in de teamcompetities. Op dit moment hebben we te weinig vrijwilligers om elke evenement te kunnen bemensen. Wie wil en kan ons helpen? Graag rechtstreeks Barry benaderen op [info@judoyushi.nl](mailto:info@judoyushi.nl) of persoonlijk.

### METEN BIJ FYSIOLOGISCHE TESTS

Met onze wedstrijdjudoka's 18 jaar en ouder zijn we op zoek naar een vrijwilliger die kan helpen bij het afnemen van fysiologische tests. We hebben een procedure en materiaal en hebben iemand nodig die tijdens de wedstrijdtraining (op maandag of donderdag) op verschillende momenten in het jaar de meting zou willen uitvoeren en de resultaten zou willen verwerken in presentatievorm.

### TOPJUDOTOERNOOI HAARLEMMERMEER

Voor het Topjudotoernooi Haarlemmermeer, een door ons georganiseerd internationaal toernooi en tevens kwalificatiemoment voor de Judo Bond Nederland, hebben we elk jaar vrijwilligers nodig voor tafelbezetting en diverse activiteiten. Wie wil ons helpen? Kom dan naar de infobijeenkomst op **dinsdag 17 oktober om 19.00 uur** in de kantine in Nieuw-Vennep of meld je aan bij Boudewijn Van der Veld op [info@judoyushi.nl](mailto:info@judoyushi.nl)

## Verhindering doorgeven voor een les

Kun je een keer niet naar een judoles komen door blessure, ziekte of verjaardagspartijtje? Meld je dan van tevoren af via het online formulier. De melding komt dan direct bij jouw judoleraar terecht. Kijk op [www.judoyushi.nl/club](http://www.judoyushi.nl/club) voor het formulier.

## Wedstrijdselectie bekend gemaakt

Vorig seizoen zijn door onze wedstrijdjudoka's weer goede prestaties neergezet. Met teams zijn nieuwe mijlpalen behaald: het Mixteam is vorig seizoen tweede van Nederland geworden en het herenteam senioren derde van Nederland. In de categorie tot 15 jaar behaalde het team een derde plek op het NK. Ook individueel zijn dit jaar drie NK plaatsen behaald op het NK tot 21 jaar, drie NK plaatsen op het NK tot 18 jaar, drie NK plaatsen op het NK tot 15 jaar en 1 medaille op het NK senioren. Vier judoka's hadden zich geplaatst voor Europacups. In september is de nieuwe wedstrijdselectie voor het komende seizoen bekend gemaakt in combinatie met een informatieve presentatie over wedstrijdjudo bij Judo Yushi.



## Meer trainen en aan wedstrijden meedoen?

*Een prestatie op internationaal niveau is een doel waar je veel voor moet doen. Maar alles begint*

*met plezier hebben in het deelnemen aan wedstrijden. We hebben daarvoor de Puntencompetitie, waardoor je op de judoschool kunt kennismaken met wedstrijden. Als je ook aan wedstrijden buiten de judoschool wilt deelnemen dan kun je je aanmelden voor de talententrainingen. Wil je ook deelnemen? Meld je dan aan voor de talententrainingen. Vraag aan jouw eigen judoleraar meer informatie of mail je verzoek [naar.info@judoyushi.nl](mailto:naar.info@judoyushi.nl)*