



KARATE-DO SAN

Karatestage (Shotokan / Totaal) in Vlissingen

Op zaterdag 27 september vond in Vlissingen een bijzondere Totaalkarate-stage plaats, georganiseerd door karateclubs Zanshin (Ronald Willemse) en Hanshi Con Voermans (Karate-do SAN, Roosendaal / Sō-ō Ryu Nederland, Etten-Leur) ruim 20 karateka's bijeen voor een intensieve trainingsdag en examenmomenten binnen het unieke Totaalkarate-systeem. De deelnemers kregen een unieke inkijk in twee invalshoeken van het karate: de traditionele aanpak van Ronald en de vrijere, open-minded stijl van Con.

Ronald benadrukte techniek, kracht en snelheid vanuit grote afstand, met lange en hoge trappen als kenmerk. Con bracht het spel juist dichterbij en liet de groep kennismaken met close combat, waarin de elleboogtechniek – Empi in het Japans – centraal stond.

Ondanks de verschillende stijlen bleek één ding duidelijk: bij beide instructeurs stond het budo-aspect hoog in het vaandel. Respect, discipline en toewijding vormen immers de kern van karate. De stage werd door de deelnemers zeer positief ontvangen.



Als afsluiting stapten vier deelnemers nog de mat op voor partijen onder de Shobu Sō-gō Ichi-regels, het semi-contact TOtaal kumite. Jorgen en Ivan uit Terheijden, Jayden uit Roosendaal en Nick uit Middelburg gaven het publiek een mooi slotakkoord van deze inspirerende dag.

Agenda:

- Vanaf heden, te Etten-Leur, Bootcamp en Buitentraining
- oktober TOtaal stages
- 11 oktober Nextreme gala in Aalsmeer, met TOtaal karate op het programma
- 13 December 23^e Open "mini" West Brabantse Karate Kampioenschappen te Roosendaal in den Roos van 09u tm 13u.

Karate-do SAN, TOtaal Karate en Coaching: 06-24222772