



# Karate – Jitsu

Het **karate – jitsu** is een vechtsport waar karatetechnieken gecombineerd worden met jiu-jitsu, judo- en aikidotechnieken.

Men krijgt zo een verdedigingssport waar niet alleen lange afstandsgevechten (Karate), maar ook contactaanvallen (Judo, jiu-jitsu) aangeleerd worden.

Het hoofdprincipe van deze sport is de doelmatigheid, namelijk korte en effectieve technieken die bruikbaar zijn in de realiteit (slag-, trap- en stoottechnieken in combinatie met controletechnieken)

Het tweede hoofdprincipe is het onder controle houden van de aanvaller, waarbij verdediging en aanval hand in hand gaan zowel tegen ongewapende als gewapende aanvallers (mes, fles, stok, vuurwapen, enz...)

Het derde hoofdprincipe is eenvoudig : de aanval is de beste verdediging maar dan binnen de normen van de wettige verdediging

De trainingen grijpen plaats in de **dojo van de Sporthal te Kruishoutem**. Alle **dinsdagavonden van 20 tot 2130 Hr (enkel volwassenen)**. En eveneens in Kruishoutem tweewekelijks de zondag van 10-1130 Hr.(iedereen) In de sporthal van Zulte gaan de trainingen door iedere vrijdagavond van 20 tot 21 uur. (Prioritair voor de jeugd) Een gedetailleerde kalender kan op eenvoudige vraag bezorgd worden.. Onze leden kunnen ook gratis trainen bij alle aangesloten clubs van de Vlaamse Budofederatie (VBF)

De trainingen worden gegeven door **Didier Claeys (3° Dan Karate-Jitsu)** , **Andy Clochet ( 2° Dan karate-jitsu)**

De trainingen van deze moderne karatestijl zijn zo gevarieerd dat iedereen op technisch en fysiek vlak aan zijn trekken komt, zowel jong als oud, zowel op competitief als op recreatief vlak. Deze trainingen omvatten een flinke fysieke opwarming om te worden gevolgd door verschillende vecht- en verdedigingstechnieken .

Er zijn bijvoorbeeld contact-randori's (zonder bescherming) : de leerlingen moeten zich verdedigen tegen twee aanvallers die willekeurige (gewapende en/of ongewapende) aanvallen uitvoeren. Ook worden er contactgevechten gehouden waar de aangeleerde technieken dan ook effectief met kracht worden uitgevoerd (met de nodige bescherming)

De club neemt ook deel aan toernooien (regionaal, nationaal) als aan georganiseerde vechtsportstages (andere zoals kendo, aikido, bojitsu, ninjitsu, escrima, enz...)

**Iedereen kan bij onze club aansluiten vanaf 07 jaar en kan genieten van 3 proeflessen. Dus kom maar gerust af.**

Voor de jeugd (07-14) gelden er speciale reglementen. Wij gaan met deze vechtsport de jeugdigen discipline, zelfbeheersing en zelfvertrouwen geven. Het agressieve gedeelte van de vechtsport, namelijk de aanvallen, wordt nog niet expliciet aangeleerd. Het is de bedoeling dat de jongeren zich recreatief goed voelen in deze sport en dat ze met plezier de trainingen volgen. Naarmate ze ouder worden en het aspect van karate-jitsu beter leren kennen, kunnen zij zich verder vervolmaken in het gehele gamma van Karate-Jitsu en dit onder deskundige leiding van onze ervaren trainers.

**Wie verdere informatie wil zoals inschrijvingen, lidgeld, verzekering e.d. kan terecht bij : Wim Decuyper e-mail : [wim.decuyper1@telenet.be](mailto:wim.decuyper1@telenet.be)**

VZW Karate-Jitsu Club Akira

Maatschappelijke zetel : Fazantstraat 52 – 9870 Zulte

Correspondentieadres : Waalstraat 8 – 9870 Zulte

Ondernemingsnummer : 0537756716

Rekeningnummer : BE84 7512 0670 8959