

Beste (oud-) Judoka,

Hoe is 't er mee? Gezond de Corona-periode doorstaan? Ik zeker!

Na de laatste, Reünie-Judotraining in de sportschool (dec. '17 : al weer bijna 5 jr. geleden), heb ik de lessen overgedragen aan Johan Zagers.

Wel ben ik doorgedaan met 2 buitentrainingen voor Senioren (70-94 jr.!).

Heb in de sportschool wat Kata-les gegeven, met Johan de kata's onderhouden en nog wat geëxamineerd bij de lerarenopleiding van de JBN.

Dit seizoen is er in de sportschool minder behoefte aan Kata-training, omdat de -jeugdiger- judoka's hun competitie-punten verzamelen en dan geen Kata hoeven te demonstreren op hun danexamen.

Daarom heb ik de afgelopen periode lopen denken of ik op een of andere manier nog iets zou kunnen doen voor-en-met de wat oudere (ex-)judoka's.

(In de jaren '90 verzorgde ik voor de JBN-ZH, 5 seizoenen lang, een 30+ training.

Niet knokken, maar lekker bezig zijn met techniek, aangevuld met wat Kata.

1 Zondagochtend in de maand elkaar weer 's aan het jasje trekken.

Een 20-30 tal judoka's uit heel Zuid Holland nam deel en was enthousiast.)

Als ik terugdenk aan het plezier wat we met elkaar hadden in 2017 (met ruim 30 man/vrouw op de mat), wil ik een balletje opgooien om te kijken of zoiets, kleinschalig, weer is op te starten.

Als jij ook wel 's kriebels krijgt als je onder in de kast je oude judopak tegenkomt, of misschien een oude Judo-foto of zelfs medaille, en ..... laat je lijf het toe, maar vooral : **heb je er zin in?**, laat het mij dan even weten.

Stuur mij een antwoord-mail met naam, tel.nr., Email-adres, graduatie en leeftijd (*ik hou 't geheim!*).

Misschien kunnen we dan op korte termijn starten met de  
**JUDOKNARREN- training** (30-40-50-60+).

Ik heb er zin in en hoop jullie ook.  
Judo-groet,

Jan Barends,  
Ommevoort 302,  
2341 VT OEGSTGEEST,  
071-5174800 / 06-2313 5722