



Judo Bond Nederland

District Zuid-Holland



District Dan-examentrainingen 2022-2023 vanaf 14 jaar met blauwe band Toegang € 6,00 gepast betalen (geen pin) bij binnenkomst en inschrijving

Zaterdag 17 sept. 2022 / 15.00 - 17.00 uur

Dojo: To Uchi, Da Costalaan 3, 2985 BC Ridderkerk

Zondag 9 okt. 2022 / 15.00 - 17.00 uur

Dojo: Budo Hans Roos, Burg. Diepenhorstsingel 4, 3161 ED Oud-Beijerland

Zaterdag 5 november 2022 Judo dan-examens in Oud-Beijerland

Zaterdag 19 nov. 2022 / 15.00 - 17.00 uur

Dojo: De Korte Budo Instituut, Middenbaan-Zuid 402, 3191 AH Hoogvliet

Zondag 15 jan. 2023 / 15.00 - 17.00 uur

Dojo: Chitari, Galileilaan 5, 3204 AK Spijkenisse

Zaterdag 4 februari 2023 Judo dan-examens in Spijkenisse

Zaterdag 11 maart 2023 / 15.00 - 17.00 uur

Dojo: Velo, Noordweg 26, 2291 EE Wateringen

Zaterdag 15 april 2023 / 15.00 - 17.00 uur

Dojo: Budo Hans Roos, Burg. Diepenhorstsingel 4, 3161 ED Oud-Beijerland

Zaterdag 22 april 2023 Judo dan-examens in Oud-Beijerland

Zaterdag 13 mei 2023 / 15.00 - 17.00 uur

Dojo: To Uchi, Da Costalaan 3, 2985 BC Ridderkerk

Zondag 11 juni 2023 / 15.00 - 17.00 uur

Dojo: Chitari, Galileilaan 5, 3204 AK Spijkenisse

Zaterdag 24 juni 2023 Judo dan-examens in Spijkenisse

Thema's worden per moment naar behoefte bepaald, situationeel, gevarieerd en getraind met controleren, de kata 1e - 3e dan conform de richtlijnen (afspraken)

nage-waza

te-waza (schouder- en arm worpen)

koshi-waza (heupworpen)

ashi-waza (veeg- en maaiworpen)

sutemi-waza (offerworpen)

renraku-waza (combinaties)

kaeshi-waza (overnames)

hikomi-waza (gecontroleerd van nage-waza naar ne-waza)

katame-waza

osea-komi-waza (houdgrepen)

shime-waza (omstrengelingen)

kansetsu-waza (armklemmen)

bevrijden vanuit diverse posities, passeren, ontwijken, keren, kantelen, overnemen, blokken

District Leraren- en licentietrainingen 2022-2023, toegankelijk voor gediplomeerde dojo-assistenten, judoleiders, judoleraren JBN

Zaterdag 17 sept. 2022 / 13.30 - 15.00 uur

Dojo: To Uchi, Da Costalaan 3, 2985 BC Ridderkerk

Zondag 9 okt. 2022 / 13.30 - 15.00 uur

Dojo: Budo Hans Roos, Burg. Diepenhorstsingel 4, 3161 ED Oud-Beijerland

Zondag 15 jan. 2023 / 13.3 - 15.00 uur

Dojo: Chitari, Galileilaan 5, 3204 AK Spijkenisse

Zondag 11 juni 2023 / 13.30 - 15.00 uur

Dojo: Chitari, Galileilaan 5, 3204 AK Spijkenisse

Behandelen en/of beoefenen: vaardigheidseisen, beoordelingscriteria alle disciplines