

7E AIKIDO FESTIJN

PROGRAMMA
21 JANUARI 2024

NATIONAAL SPORTCENTRUM PAPENDAL
PAPENDALLAAN 60 // ARNHEM



Voor de zevende keer vindt het Aikido Festijn plaats, een uniek evenement dat de diversiteit en rijkdom van aikido viert. Dit jaar hebben we een bijzondere line-up van 9 ervaren leraren uit drie verschillende stijlen: ki-aikido, aikibudo en aikikai aikido.

Dit is jouw kans om te leren van de meesters, nieuwe technieken te ontdekken en je vaardigheden te verfijnen. Of je nu een beginner bent of een gevorderde beoefenaar, dit evenement biedt iets voor iedereen.

We verwachten deelnemers uit heel Nederland, dus dit is ook een geweldige gelegenheid om je netwerk te vergroten en vrienden te maken in de aikido-gemeenschap.

Kom en ervaar de harmonie van aikido, leer van de verschillende stijlen en deel jouw passie met anderen. Mis deze kans niet om te groeien in je aikido-reis.

Namens Judo Bond Nederland

Merlijn Torensma

Ad Vogels

Dave Daalmans

Joost Roeland

Organisatoren Aikido Festijn

INSCHRIJVING EN KOSTEN

Om lange rijen bij de zaal te voorkomen bestaat er de mogelijkheid om je vooraf in te schrijven via het internet, met bovendien € 5,- korting op de toegangsprijs aan de zaal. Gebruik hiervoor de link:

<https://survey.analyzer.com/?pid=hd7t3ged>

KOSTEN

	Voorinschrijving	Aan de zaal
JBN-lid	€ 25	€ 30
Niet JBN-lid	€ 30	€ 35
Jeugd (6-15 jaar)	€ 5	

LOCATIE

Het Aikido Fetsijn vindt plaats in de Ruskahal van Nationaal Sportcentrum Papendal, Papendallaan 60 in Arnhem.

Klik op onderstaande link voor een plattegrond van Papendal:

<http://papendal.nl/over-papendal/plattegrond-papendal/>

CATERING PAPENDAL

Rondom de Ruskahal zijn alleen automaten voor koffie, thee en frisdranken aanwezig.

Aan de bar van Hotel Papendal kun je terecht voor broodjes en andere lunchgerechten. Hun capaciteit is echter beperkt. We raden je daarom aan om zelf je lunch mee te nemen.

Rooster

	MAT 1	MAT 2	MAT 3
	KI-AIKIDO	AIKIDO	AIKI BUDO
10.00-10.15	WELKOMSTWOORD door Merlijn Torensma		
10.15-11.15	Eugène du Long	Harry Kat	Marc Backx
11.15-11.30	PAUZE		
11.30-12.30	Koos de Graaf	Jan Gerrit Post	Robert Breedveld
12.30-13.00	PAUZE		
13.00-14.00	Nico Poppelier	Chris de Jongh	Ad Hoogendam

EUGÈNE DU LONG – 8^E DAN

Mijn visie op aikido is dat we met zorg en respect uke in gelijkwaardigheid sterker maken.

Wat ik mensen graag meegeef bij het Aikido Festijn is de kracht van zachtheid laten voelen en eigen maken.

Mijn inspiratiebronnen voor aikido zijn Koichi Tohei sensei, Yoshigasaki sensei, Asai sensei, Tada sensei en mijn leerlingen en mede aikido-beoefenaars.

10.15-11.15

MAT 1

HARRY KAT – 6^E DAN

Mijn visie op aikido is in de loop van de jaren stap voor stap en les na les ontwikkeld. Mijn eerste kennismaking met aikido was het lezen van een artikel in het tijdschrift *Bres* over aikido. Ondanks de vage en ongrijpbare tekst was het mij direct duidelijk dat ik het wilde gaan beoefenen. Alle aspecten van het leven in en buiten de dojo, komen tot uiting tijdens de beoefening van aikido. Van volstrekte ontspanning, met een open blik kijken naar wat zich voordoet tot het worstelen met ongemak en frustratie. Door onophoudelijk de vorm, de technieken, te bestuderen kan je de principes zoals kokyū en shisei doorgronden.

Wat ik mensen graag meegeef bij het Aikido Festijn is vooral veel plezier en de mooie kans om met verschillende mensen te werken en kennis te maken met de verschillende stijlen. Er zijn nog weinig ontmoetingen op landelijk niveau dus hoe mooi is het om dat nu te doen.

Mijn inspiratiebronnen voor aikido zijn vooral mijn leraren. Mijn eerste leraar was Chris de Jongh en dat is hij nog steeds. Verder train ik al vele jaren bij Claude Pellerin. Als ik de filmpjes zie van Tamura sensei dan kan ik bijna nog voelen wat ik tijdens de seminars bij hem heb ervaren. Daarnaast zijn de oefeningen geleerd tijdens mijn shiatsu studie en de oefeningen van Feldenkrais belangrijke inspiratiebronnen.

10.15-11.15

MAT 2

MARC BACKX – 3^E DAN

Mijn visie is dat aikibudo een vechtkunst is voor jong en oud, waarbij persoonlijke ontwikkeling, energie en plezier voorop staan.

Wat ik mensen graag meegeef bij het Aikido Festijn is dat het uiteindelijk allemaal budo is.

Mijn inspiratiebronnen voor aikido zijn de meesters en grondleggers van verschillende klassieke en moderne stijlen; opleiding vanaf 1987 bij sensei Teun Tromp; lessen van sensei Robert Breedveld, nationale en internationale trainingsstages van diverse leraren.

10.15-11.15

MAT 3

KOOS DE GRAAF – 5^E DAN

Mijn visie op ki-aikido ligt in lijn met een uitspraak van Morihei Ueshiba die ooit heeft gezegd dat aikido bovenal liefde is. Voor mij is aikido dan ook zeker geen vechtsport maar een manier om beter met elkaar te leren samen werken.

Wat ik mensen graag meegeef bij het Aikido Festijn is: help anderen, wees behulpzaam. Maar dan wel op de juiste manier.

Mijn inspiratiebronnen voor aikido zijn mijn collega aikido-leraren maar vooral mijn leerlingen.

11.30-12.30

MAT 1

JAN GERRIT POST – 5^E DAN

Mijn visie op aikido is: zoals magie, verbindt aikido het eindeloos zoeken naar hoe we ons verhouden tot ons eigen lichaam en onze geest, tot de omgeving waarin we ons bewegen en de mensen waarmee we interacteren. We jagen daartoe ongrijpbare grote en alledaagse kleine voorbeelden na. De vraag hoe mensen bij elkaar kunnen komen als het spannend wordt, is van alle tijden - en blijvend relevant voor vandaag en morgen, jou en mij.

Wat ik mensen graag meegeef bij het Aikido Festijn is dat connectie met je partner begint met een fysieke en mentale houding die ademhaling en beweging optimaal ondersteunt. Hoe maak je daarvoor een goede start? En hoe houd je dat in beweging overeind zonder de connectie te verbreken? We gaan met bekende technieken én praktische oefeningen op zoek naar antwoorden.

Mijn inspiratiebronnen voor aikido zijn de onverzettelijke dynamiek van mijn eerste leraar Chris de Jongh, de minutieuze scherpte van Tamura Nobuyoshi, de trouwe ontwikkeling van Claude Pellerin; de vele raakvlakken met de rijke traditie van Shinto Muso-ryu jo waarin Fred Quant en Pascal Krieger mij introduceerden; en de diepe vriendschappen die aikido mij heeft gebracht.

11.30-12.30

MAT 2

ROBERT BREEDVELD – 7^E DAN

Als 14 jarig jongentje ben ik met judo begonnen (senoren) bij Teun Tromp. Een aantal jaren later startte mijn leraar ook met karate (Wado ryu) les en ik natuurlijk ook. Vervolgens ben ik op de zelfde manier begonnen met aikibudo en Katori Shinto Ryu.

In 1997 ging ik naar Japan en kwam bewust terecht bij de Hombu dojo van Katsuyuki Kondo. Daito ryu is eigenlijk een kijk in de geschiedenis en heeft voor mij een zeer belangrijke stap in mijn Budo-ontwikkeling gebracht.

Mijn inspiratiebronnen voor budo zijn Teun Tromp en Chris de Korte (judo), Naoki Ishikawa en Tatsuo Suzuki (Wado ryu), Nobuyoshi Tamura en Seiichi Sugano (aikido), Alain Floquet en Alain Roinel (aikibudo), Yoshio Sugino en Yukihiro Sugino (Katori Shinto Ryu) en tot slot Katsuyuki Kondo en Masayuki Kondo (Daito ryu).

11.30-12.30

MAT 3

NICO POPPELIER – 3^E DAN

Mijn visie op ki-aikido is dat geen mens staat los van de wereld om zich heen. Iedereen maakt daar onlosmakelijk deel van uit, de wereld om je heen beïnvloedt jou en omgekeerd. Aikido leert je hoe je zo harmonieus mogelijk verhoudt tot de wereld om je heen.

Wat ik mensen graag meegeef bij het Aikido Festijn is dat het aikidolandschap heel veel kleuren en vormen kent, en dat het leuk is om kennis te maken met die veelzijdigheid.

Mijn inspiratiebronnen voor aikido zijn allereerst Kenjiro Yoshigasaki sensei (1951-2021), gevolgd door een lange rij leraren van binnen en buiten Nederland.

13.00-14.00

MAT 1

CHRIS DE JONGH – 7^E DAN

Mijn visie op aikido is *Ningen-kei sei*: Persoonlijke groei en cultivering. De letterlijke vertaling van *Ningen-kei sei* is “vorming van de mens”. Eigenlijk, hoe word ik een sterkere en betere persoon. Dit omvat fysieke, mentale en spirituele ontwikkeling. De budo beoefenaar wordt geacht zich door middel van training fysiek, mentaal en moreel te vormen en deze kracht te gebruiken ten dienste van anderen. Dit betekent dat de budo-beoefenaar streeft naar uitmuntendheid in de technische en mentale aspecten van zijn budo zonder de moeilijke hobbels uit de weg te gaan. Een budoka moet onderweg ontberingen doorstaan en mislukkingen ervaren maar zal nooit opgeven met als resultaat een meer veerkrachtige, respectvolle en robuuste persoonlijkheid. Dat is wat er bedoeld wordt met *Ningen-kei sei*. Natuurlijk bestaat er niet zoiets als een perfecte persoon. En alleen trainen in een krijgskunst leidt niet automatisch tot perfectie, maar als je dit nastreeft dan biedt budo een kader dat van nut kan zijn in je queeste.

Wat ik mensen graag meegeef bij het Aikido Festijn is: “Het doel van de Budo is om het bewegen zo te organiseren dat het met een minimale inspanning en maximale efficiëntie gebeurt; niet door middel van spierkracht, maar door meer bewustzijn van hoe bewegen werkt”.

Leraren die mij in mijn budo-ontwikkeling en mijn stijl van lesgeven het meest hebben beïnvloed zijn Chris de Korte (9e dan judo), Sugano Seiichi (8e dan aikido), Tamura Nobuyoshi (8e dan aikido) en Higaonna Morio (10e dan Okinawa goju ryu karate-do) Yahagi kunikazu (Soke ryushin shouchi ryu).

13.00-14.00

MAT 2

AD HOOGENDAM – 7^E DAN

Het uitgangspunt van aikibudo is dat het praktisch toepasbaar moet zijn in reële situaties. Niet dat zelfverdediging het primaire doel is, het is immers net zo goed een 'do'-vorm en geen 'jitsu'. Maar om jezelf te kunnen ontwikkelen, is het naar mijn idee belangrijk om te leren hoe technieken echt kunnen werken. Er is dus geen wezenlijk onderscheid tussen 'zelfontplooiing' en 'zelfverdediging'.

Wat ik mensen graag meegeef bij het Aikido Festijn is dat het allemaal draait om centrum-controle.

Mijn inspiratiebronnen voor aikido zijn mijn vader en leraar, Jaap Hoogendam (1936-2005), Alain Roinel (8e dan aikibudo) en natuurlijk Alain Floquet, de grondlegger van het aikibudo.

13.00-14.00

MAT 3