



## Onze visie - Onze missie

Kabuto Waasmunster ging van start in Waasmunster in april 1983.  
Aanvankelijk een zuivere ju jitsu groep, nu uitgedeind naar meerdere disciplines:



**Shindō Ju Jitsu - Escrima**  
**Panantukan - Kun Tao Tai Chi Chuan.**



Onze missie: onze sporten beschikbaar maken voor een breed publiek en samen technisch steeds sterker te worden.  
Onze visie: dit te presteren zonder afbreuk te doen aan de intrinsieke waarde van elke afzonderlijke afdeling.  
Onze vereniging wordt geleid door trainers met een erkend diploma.  
(VTS initiator / trainerB / jeugd sportcoördinator)  
Alle andere begeleiders hebben cursussen, binnen en/of buiten de club, gevolgd !  
Zo kunnen zij mee instaan voor een verantwoorde begeleiding van onze jeugd en/of volwassenen.

### Je begeleiders:

Bob Waterschoot  
Marleen De Craecker  
Tim Waterschoot  
Tom D'haese  
Wim Rotthier  
Shirley Baeke  
Isaac Permentier



### Je trainingsmogelijkheden:

Kadetten 6-9jr :	woensdag:	18u30-19u30
Beloften 10-13jr:	woensdag:	19u30-20u30
	vrijdag:	19u30-20u30
Juniors 14-17jr :	dinsdag:	20u00-21u30
	vrijdag:	20u30-22u00
Volwassenen:	dinsdag:	20u00-21u30
	vrijdag:	20u30-22u00

Bij proeflessen volstaat een joggingpak.  
Later als je aansluit, kan je bij de club een ju jitsupak, enzovoort bestellen.  
meer info: [www.kabuto.be](http://www.kabuto.be)  
052 47 26 66 - 0485 95 48 47  
[info@kabuto.be](mailto:info@kabuto.be)



**sporta**  
federatie vzw



Een hart voor kinderen  
Een thuis voor allen

[www.kabuto.be](http://www.kabuto.be)

[info@kabuto.be](mailto:info@kabuto.be)

052 47 26 66

0485 95 48 47

Hoogendonck

Nijverheidslaan 48, Waasmunster

## Shindō Ju Jitsu



## Recreatieve Sport & Dynamische Verdediging





## Ervaar en beleef ju jitsu



**Kadetten** Vanaf 6 jaar kan je bij ons terecht. We gaan je niet onmiddellijk spectaculaire dingen aanleren, maar je kan al proeven van de sfeer. Maar eigenlijk is het gewoon plezierig. Op een speelse wijze maken we jou vertrouwd met het ju jitsu. Later wordt dit steeds verder uitgediept.



**Beloften** Je bent 10 jaar en je wil wel wat. Voor deze groep bieden wij een verder gevorderde training aan. Niet enkel het spel element is belangrijk, maar wel de technieken op zich. Het geeft je een prima voorbereiding op het volgende programma.



**Juniors** De juniors houden hun training samen met onze volwassenen, maar krijgen wel een aparte begeleiding. Trainingen worden meer toegespitst naar intensievere vormen. Tevens wordt er gewerkt aan de overschakeling naar het volwassen programma door het aanleren van nieuwe bewegingsvormen (randori), klem/controlé technieken, worpen, afstand- en nabijtechnieken. Het groeien in jouw specifieke ju jitsu kennis is belangrijk. Dit moet dan zéker leiden tot het behalen van een hogere graad en later tot de felbegeerde zwarte gordel.



**Volwassenen** De manier van oefenen die we gebruiken (Shindō) is gebaseerd op de aanpak van het huidige Europese Ju Jitsu. Alleen gaan we een stap verder. We werken voornamelijk vanuit bewegingsvormen (Randori). Bewegingsvormen waardoor we een zo groot mogelijke kans creëren om de tegenstander te verschalken zonder zelf uitgeschakeld te worden. We gebruiken een oefenmanier die ons een prettig gevoel geeft en ons stimuleert de technieken steeds te verbeteren.



Van bij het begin werken we met gedifferentieerde technieken en bewegingsvormen om zo snel mogelijk een brede basis op te bouwen.

Inhoudelijk kan je dit het best begrijpen d.m.v. de begrippen: foto - dia - film - website, waarbij,

“foto” het detail,  
 ”dia” de aaneenschakeling,  
 “film” het overzicht en  
 “website” het interactief inzicht is van de verschillende fases.

Deze verschillende fases worden in gans de opleiding verder doorgegeven.

Het shindō heeft niets vandoen met de opeenvolging van technische hoogstandjes dan wel met de toepassingen ervan.

**Het gaat er niet om wat je doet, maar hoe je het doet.**

Aansluiting lidgeld en verzekering voor 1 jaar INCLUSIEF T-shirt, badge en gordel

- Kadetten 06-09 jaar: 105 €
- Beloften 10-13 jaar: 140 €
- Juniors 14-17 jaar: 155 €
- Volwassenen: 170 €
- Een ju jitsupak naargelang de maat 30 € tot 47 €

## Didactische ondersteuning

Voor onze leden ontwierpen we onderstaande programma's waar de te kennen leerstof uitgelegd wordt.

Kennismaking : voor de volwassenen en juniors (basisvorm geel/oranje). Het programma groen/blauw is in voorbereiding.

Jeugd ju jitsu: omvat het gehele aangepaste leerpakket voor de jeugd. Met leuke prentjes en in een duidelijke kindertaal.

