



KORT NIEUWS



8ste Kyokushin Winter Strandtraining op de Maasvlakte



Op zondag 25 februari organiseerde shihan Sjaak van de Velde van de Kyokushin Karate Musashi Groep wederom een open kyokushin strandtraining op de Maasvlakte. Vele bekende kyokushin scholen uit de regio namen deel aan dit evenement.

Barre weersomstandigheden

Bij alle tot nu toe gehouden winter strandtrainingen zijn de omstandigheden vaak barbaars. Dit blijkt wel uit de zeer extreme weersomstandigheden waaronder ook deze keer getraind moest worden. Bij aanvang was de temperatuur 2 graden onder nul, het sneeuwde behoorlijk en er stond een keiharde gure wind die door merg en been ging. Desalniettemin waren de kyokushin karateka's in grote getalen opgekomen om zichzelf te kastijden tijdens deze uitputtingsslag en zo hoort het ook want het kyokushin karate staat niet voor niets bekend als 'the strongest karate in the world' en is bovendien een stijl zonder enige vorm van compromissen. Voor aanvang van de strandtraining spraken shihan Sjaak van de Velde en shihan Marius Goedegebuur de aanwezigen motiverend toe met de boodschap dat alle deelnemers vandaag moesten laten zien dat zij beschikten over een gezonde dosis doorzettingsvermogen. "We hebben veel vertrouwen in jullie, zeker gezien het feit dat jullie er al staan, maar je bent toch vandaag geheel op jezelf aangewezen. Ongetwijfeld krijgen jullie moeilijke momenten, maar dan is het zaak orde te scheppen in de chaos en door te gaan, dus probeer je grenzen te verleggen. Succes." En toen kon de strandtraining beginnen!

Zazen aan de rand van de zee

Er werd begonnen met de gebruikelijke openingsceremonie 'zazen zitten'. Shihan Goedegebuur liet zien dat warmte van binnen komt en bewees dat door met ontbloot bovenlijf een aantal minuten te mediteren voor de groep die in stomme verbazing toekeek. Het leek alsof de harde wind, de koude en de sneeuw absoluut geen vat konden krijgen op deze bijna 65 jaar oude shihan. Er werd begonnen met een duurloop van 5 km door het natte en rulle zand langs de waterlijn van de woeste zee. Daarna volgde een kihon training door shihan Van de Velde. Onder toezien oog van vele warm en dik ingepakte toeschouwers, die hun ogen niet konden geloven dat er bijna vijftig karateka's, alleen gehuld in spierwitte pakken, stonden te trainen, werden er vele trappen, slagen en verdedigingen gemaakt onder het slaken van bloedstelpende kiai's. Na een half uur harde training volgde een duurloop van 5 km door de duinen, bergje op bergje af. Hier ging een aantal helemaal kapot. Om even op adem te komen werden vervolgens alle kyokushinkai kumites gedemonstreerd door sensei Michael van de Velde met zijn maatje sensei Jerry Bossers, die hierna onder leiding van shihan Goedegebuur uit den treure werden geoefend.

Geen tijd om te rusten

Veel tijd om uit te rusten was er niet want er moest weer een nieuw onderdeel worden doorgenomen. Dus terug door de duinen naar de zee om hier onder leiding van shihan Van de Velde alle kyokushin kata's t/m 4de dan door te nemen. Na bijna een uur kata lopen was het tijd voor het traditionele kumite. Er werd in rap tempo een 20 tal partijtjes gedraaid waarbij geen enkele karateka droog bleef. Doornat maar wel warm van binnen, werd na drie uur besloten met de afsluitingsceremonie. De karateka's waren kapot en moe gestreden, maar gingen wel naar huis met een voldaan gevoel, wetende dat zij alles hadden gegeven wat er in hun zat. De complimenten bij dezen voor zoveel passie.



Shihan Sjaak v.d. Velde tijdens de karatetraining

De eerstvolgende strandtraining zal zijn op zondag 1 juli van 10.00 - 15.30 uur en dan mogen ook de kinderen vanaf 7 jaar weer meedoen.