

# JBN ZN – DISTRICT GRADEN COMMISSIE



MANFRED KUIJPERS - JAN DE ROOIJ - FERRY VAN DIJK - PIET DE JONG  
BERT WIJKMAN - COR VAN DER HEIJDEN - PETER GOOSSENS



## INDELING LERAREN STAGES 2015

### Lerarentraining

**Datum : 17-01-2015**

16.00 – 16.10	Openingswoord en warming-up	
16.10 – 16.35	Mat 1 Tachi-waza	Gari's en barai's
	Mat 2 Ne-waza	Kansetsu-waza
16.35 – 17.00	Mat 1 Kodokan kata eigen keus	(Nage / Katame / Gonosen / Kime / Juno)
	Mat 2 Busen Kata eigen keuze	(Nage / Katame / Gonosen / Kime / Juno)
17.00 – 17.55	Mat 1 Kodokan / Busen *	Trainen Gonosen-no-kata, demo + beoordelen
17.55 – 18.00	Afsluiting	

\* Gonosen-no-kata zal in een groep getraind worden.

### Lerarentraining

**Datum : 07-03-2015**

16.00 – 16.10	Openingswoord en warming-up	
16.10 – 16.35	Mat 1 Tachi-waza	Verschillende pakkingen en richtingen
	Mat 2 Ne-waza	Shime-waza
16.35 – 17.00	Mat 1 Kodokan kata eigen keus	(Nage / Katame / Gonosen / Kime / Juno)
	Mat 2 Busen Kata eigen keuze	(Nage / Katame / Gonosen / Kime / Juno)
17.00 – 17.55	Mat 1 Kodokan kata	Trainen Nage-No-Kata, demo + beoordelen
	Mat 2 Busen kata	Trainen Nage-No-Kata, demo + beoordelen
17.55 – 18.00	Afsluiting	

### Lerarentraining

**Datum : 09-05-2015**

16.00 – 16.10	Openingswoord en warming-up	
16.10 – 16.35	Mat 1 Tachi-waza	Overnames en combinaties
	Mat 2 Ne-waza	Passeertechnieken en bevrijdingen
16.35 – 17.00	Mat 1 Kodokan kata eigen keus	(Nage / Katame / Gonosen / Kime / Juno)
	Mat 2 Busen Kata eigen keuze	(Nage / Katame / Gonosen / Kime / Juno)
17.00 – 17.45	Mat 1 Kodokan kata	Trainen Katame-No-Kata, demo + beoordelen
	Mat 2 Busen kata	Trainen Katame-No-Kata, demo + beoordelen
17.45	Evaluatie stages	

Met vriendelijke groeten  
Voorzitter district graden commissie  
Manfred Kuijpers