



Hallo clubvrienden,

Trick or treat.... Het is Halloween en we hebben een paar (griezelige) nieuwtjes voor jullie. Vermits morgen een feestdag is trainen we niet, alsook vrijdag 11 november. Niet vergeten!

| Maandag | Dinsdag | Woensdag | Donnerdag | Vrijdag | Zaterdag | Zondag |
|---------|---------|----------|-----------|---------|----------|--------|
| 31 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | 1 | 2 | 3 | 4 |

Voor de leden van **groep 1 & 2**, zorg dat je **5 kruisjes** achter je naam verzamelt! Zij kunnen op het einde van november eens grabbelen in onze SUPER-TKD-GRABELTON! Er zijn een hele hoop leuke prijzen te verdienen. Zet je dus zeker nog eens extra goed in op de trainingen volgens het maandthema, zodat je kruisjes kan verdienen! Weet je niet wat het maandthema is? Kijk dan op onze infoborden in de zaal. Nog tot eind november en dan en beginnen we een nieuwe thema.



Zondag 6 november is er de 3^{de} en laatste **VTB-training van 2017** vlak bij de deur (bij ons in de sporthal!). Heb je een gele gordel of hoger en ben je minsten 10j jaar oud? Kom dan zeker deelnemen aan je favoriete onderdeel. Poomsae (vanaf 8j), Special Technics, Sparring of Hanmadang. Hoe meer zielen, hoe meer vreugde.



December is ook al in aankomst. Wat wil dit zeggen? Dat **de Sint** en zijn favoriete knechten weer in ons land zijn natuurlijk. Zij zullen onze club zoals jaarlijkse gewoonte weer een bezoekje brengen. Aan de ouders vragen we om de Sint wat te helpen met zijn boek aan te vullen, hij heeft het zo druk gehad..... Dus als je nog een leuke anekdote hebt over je kind, of toch iets wat beter mag thuis? Laat het weten (administratie@jongsaeng.be) en we zorgen dat dit bij de Sint geraakt in zijn grote boek! Kleine broers en zusjes zijn die dag ook welkom!





Jaja, hij is terug! Onze **Interolympiade** is terug van weggeweest, houd dus zeker **zaterdag 11 februari** vrij voor een avond vol plezier en interessante uitdagingen. Stel alvast al een team samen met je familie en vrienden. Meer details volgen....



Voor wie er niet bij was op 15 oktober, we hebben onze 4^{de} interclub gehouden met de Tijgers in Rijkevorsel. Ditmaal was het onze beurt om op verplaatsing te gaan. Meer dan 20+ wedstrijdjes vonden plaats op een beginners niveau. En ja iedereen ging ervoor, er werd zo enthousiast gevochten dat de hoekscheidsrechters hun duimen hebben moeten laten overwerken om de scores bij te houden. En we weten nu ook dat de maximum score van de software 100 is



In Mei volgend jaar plannen nog een interclub te doen, maar hou zeker de agenda in de gaten voor het najaar dan plannen we een echt mini-toernooi als onderdeel van “gevechtssport in de kijker 2017”.

Jaja, in 2017 stelt de gemeente Sint-Katelijne-Waver gevechtssport in de kijker, concreet betekent dit dat er vele gevechtssport initiaties zullen plaats vinden in 2017. Alvast bedankt aan onze trainers om hieraan mee te doen! Met als apotheose een echt mini jeugd toernooi Taekwondo. Kijk in 2017 uit naar het gemeentelijk blad “Uw gemeente”, onze club zal erin voorgesteld worden en alle activiteiten zullen vermeld worden.

We blikken ook eens terug op onze infoavond, maar deze keer door de ogen van één van de ouders. Ze heeft speciaal voor jullie een verslagje geschreven dat je hieronder kan terugvinden. Ook hebben we die avond 3 nieuwe leden (ouders) mogen verwelkomen in de algemen vergadering van onze Club. Welkom aan Kim, Veerle en Bruno.



Tot de volgende training (en dus niet morgen maar vrijdag 4 nov.),
Het bestuur



Jong Saeng start seizoen 2016-2017

Met de algemene infovergadering op 16 september heeft de club het officiële startschot gegeven voor het volgende sportieve seizoen.

Voor de nieuwe leden was deze avond bijzonder informatief, met voorstelling van de trainers en een goed inzicht in de werking en visie van de club. Voor de gevestigde waarden kon de avond zeker dienen als opfrisser. Voor beide groepen stond de avond vooral in het teken van een aangenaam kennismaken of weerzien met de club, de vrienden, ouders, 'sportcollega's'.

Uit de algemene voorstelling van de club is gebleken dat naast het sportieve, ook de vriendschap en vooral het respect voor mekaar centraal staat.

De woordenwolk die werd gepresenteerd zegt alles:



Kortom, veel aandacht voor techniek, conditie en uithouding, met de nadruk op persoonlijke en sportieve groei in een familiale en vriendschappelijke sfeer.

Taekwondo is zo veel meer dan alleen maar 'vechten' of 'verdedigen'. De verschillende disciplines die deel uitmaken van de sport bevestigen dat alleen maar. Poomsea, sparring, hosinsul, kyopka, hanmadang, de moeite waard om te ontdekken tijdens de lessen, maar ook tijdens de gespecialiseerde trainingen die doorgaan op zaterdag. Ideaal als voorbereiding op de kub-examens, maar ook om je technieken nog een beetje bij te schaven waar nodig is, of om extra te kunnen trainen op een discipline die je echt ligt.

De ouders kregen ook meer inzicht in wat er naast de trainingen nog allemaal speelt in een sportclub. Zo zijn er de contacten met de Vlaamse Taekwondobond, de gemeente en het bestuur van de sporthal. Ook praktisch zit er een goed geoliede machine achter de club: bestelling van materiaal, organisatie van interclubcompetities, kub-examens en evenementen. De praktische afspraken werden ok nog even overlopen: wat wordt er verwacht van de leden op gebied van kledij, hygiëne, gedrag, maar ook van de ouders (informatie over kwetsuren, lidgelden).

Tot slot werden er nog een paar tips gegeven over voeding in de sport, hoofdzakelijk in functie van wedstrijden, maar zeker ook voor de gemiddelde sportieveling die fit wil zijn voor de trainingen, en snel wil recupereren erna.

Voor meer informatie over de club en zijn werking, neem een kijkje op de website www.jongsaeng.be, en geef ze een 'like' op Facebook.