



Sin Nyon nieuwsbrief

APRIL 17, 2016

JAARGANG 2016, NUMMER 2

Kalender:

16/4/16
Kids cup, Eine.

23/4/16
Tess cup sparring,
Ham.

28/5/16
Dutch masters,
Rotterdam.

4/6/16
Austrian Open

4/6/16
Kupexamen

Challenge cup poomse, 5/3/16, Tongeren.



Maya Hoebeke (-11 female C), Philippe Collet (-14 male C) en Alyssa Hoebeke (-30 Female B) namen deel aan de Challenge cup poomse Taekwondo te Tongeren.

Als kersverse Belgische kampioenen in hun categorie konden ze zich meten op internationaal niveau.

Met meer dan 350 deelnemers uit 16 landen en 57 teams is dit met voorsprong het grootste stijltoernooi, ook voor kupgraden, ten lande. Dit toernooi was volzet.

Ze werden begeleid door Karel Decatelle.

Er was goud voor Alyssa en Philippe en een bronzen plak voor Maya, die in de sterkst bezette reeks uitkwam.

Een prachtig resultaat van onze drie stijltoppers, wedstrijd na wedstrijd bewijzen ze hun talent in deze taekwondo-discipline.

Initiaties Taekwondo, 10/3/16, Waregem

Reeds voor de tweede maal was Frederik te gast bij het atheneum technicum te Waregem voor een ganse dag Taekwondo.

Er werden vijf sessies verzorgd van telkens 1 uur aan de tweede en derde graad. De groepen bestonden uit ongeveer een 25-tal leerlingen.

Na een korte introductie van de sport en geschiedenis, werd het Taekwondo eveneens in een Noord-Zuid context geplaatst.

Enthousiast werd begonnen met een korte opwarming waarna enkele eenvoudige basistrappen aangeleerd werden. Vervolgens werden de trappen ingeoeffend op trapkussens. Deze werden al gauw aangevuld met stoottechnieken. Dat Taekwondo niet enkel en alleen bestaat uit trap- en stoottechnieken toonden we aan met het aanleren van enkele eenvoudige zelfverdedigingstechnieken. Deze bestonden uit het zich bevrijden uit een greep en het aanzetten van enkele eenvoudige klemmen. De meeste leerkrachten deden enthousiast mee !

Dutch Open "G1", 12-13/3/16, Eindhoven-Nederland.

Branko Hoebeke nam deel aan de Dutch open te Eindhoven met het Vlaamse topsport team. Hij haalde niet het podium, maar bewees dat zijn plaats daar terecht is.

1e ronde: vrijgeloot

2e ronde: gewonnen met 8-7 na golden point tegen een Zwitser.

3e ronde: gewonnen met 7-5 tegen een kamper van het Pools nationaal team.

Kwartfinale: uitgeschakeld door een Brit die uiteindelijk de 1e plaats behaalde.



Een uitstekend resultaat van onze 15 jarige, zijn tijd komt nog....

Proficiat

VTB-trainingen – danstages, 13/3/16, St-Katelijne-Waver.

Er was terug een open VTB-training + danstage, die gratis openstaat voor alle VTB-leden.

Sin Nyon werd vertegenwoordigd door een mooie afvaardiging.



We zijn ook vereerd dat twee van onze trainers zijn aangezocht om een les te leiden op deze VTB-trainingen, namelijk Els Schepens en Karel Decatelle.

Belgian Open "G1", 19-20/3/16, Lommel.

Branko Hoebeke trad aan op de Open Belgische met het topsportteam.



1e ronde: vrijeloot

2e ronde: gewonnen met 15-14 na golden point tegen een Fransman.

Kwartfinale: uitgeschakeld door een Duitser die nadien de finale won. Hij was goed begonnen, maar een trap op de binnenkant knie heeft de wedstrijd in zijn nadeel beïnvloed.

Ondanks alles terug een mooi resultaat, dit is spelen op het hoogste niveau.

Initiaties Taekwondo, 21-22/3/16, Oudenaarde

Op 21/03/2016 werd een initiatie georganiseerd in het koninklijk atheneum in de sportzaal van de Fortstraat te Oudenaarde. In het kader van de geïntegreerde werkperiode (GWP) werd een ganse dag sport voorzien. Hier konden de leerlingen kennis maken met verschillende sporten. Taekwondo was er één van. Het verloop van de 5 sessies was gelijkaardig met deze van Waregem. Het betrof eveneens leerlingen van de tweede en derde graad die hier hun beste beentje voorzetten.



Op de valreep werd aan mezelf (Frederik) en aan Taekwondo collega Els Schepens gevraagd om nog een extra sessie voor de leerlingen van het atheneum te Oudenaarde in de Bergstraat te verzorgen op 22/3.

De initiatie ging door in sportcentrum Recrean. Na een korte opwarming en het uitvoeren van enkele stoot- en trapechnieken op een stootkussen lag de nadruk voornamelijk op zelfverdediging. Het uitvoeren van bevrijdingen en het aanzetten van klemmen passeerden het revue, gevolgd door het ontwijken van slagen allerhande.

Presidents cup "G2", 7-10/4/16, Bonn-Duitsland.

Branko Hoebeke trad aan met het topsportteam op dit internationaal toernooi met meer dan 1600 deelnemers.

1e ronde: gewonnen tegen een Canadees met 1-0

2e ronde: verloren met 0-1 tegen een Bulgaar.

Open Hanmadang, 9/4/16, Gent.



Individuele pomsae:

Goud: Maya Hoebeke, Philippe Collet, Juline Vandermeiren en Asmaa Sami

Zilver: Jason Bicaï

Brons: Emma Wauters en Arne Six.

Hoogtesprong:

Goud: Juline

Brons: Jason en Asmaa

Krachtsprektest vuist:

Goud: Els Schepens

Coach: Karel & Els

Kids cup, 16/4/16, Eine

Onze 2e kids cup zit erop. Alle 41 deelnemers hebben het beste van zichzelf gegeven, nogmaals proficiat.

Hartelijk bedankt aan Kukkiwon Bredene en Chung Gun uit Wommelgem voor jullie deelname. Dit was een grote meerwaarde aan ons interclubje.

Foto's zijn te bekijken op onze facebook pagina:

<https://www.facebook.com/media/set/?set=oa.10156916461630533&type=1>



Club info:

Sin nyon

Oudenaarde (Eine)
Serpentstraat 15

E-mail

katrien@sinyon.be

Bezoek onze website!

www.sinyon.be

Olympische spelen, augustus 2016, Rio.

Belgie was op de Olympische Spelen nog maar één keer van de partij, dit in 2004 in Griekenland met Laurence Rase.

Dit jaar zijn er maar liefst drie Belgische taekwondoka die zich hebben kunnen selecteren, en ze maken allemaal kans op een medaille. Hieronder twee leden van het Vlaams topsportteam, Jaouad Achab (wereld-en Europees kampioen) en Raheleh Asemani. Onze Waalse broeders hebben met Si Mohammed Ketbi (vice-wereldkampioen) ook een klepper in huis.

Veel succes toegewenst, jullie kunnen onze sport een enorme boost geven.
