

Tonfa en Bo seminar Inoue Hansi zondag 25 oktober 2009

Ongeveer 70 paar tonfa's zwaaiden door de lucht. Op de tel van Wim van de Leur Shihan oefenden we kihon op de plaats, in de beweging en daarna de voorbereiding van kata Hamahiga: ayafuri, jodan uchi, terug flippen en volgen met de yoko uchi's. Inoue Hansi liep tussen ons door, corrigeerde en gaf af en toe een bemoedigend knikje. Na deze voorbereidingen kregen we het kata Hamahiga no tonfa. Rechts van me stond de kers verse vijfde danner Frank van den Nieuwendijk Sensei en even verderop links van me stond Gertjan Martens Sensei. Ik stond dus op een strategische plek en kon hierdoor goed met het kata meelopen. Nadat we het kata zesmaal met zijn allen langzaam hadden uitgevoerd, kregen we de gebruikelijke tips van Inoue Hansi: uit de heup, let op je adem, schouders relax, flip terug op de binnenkant van je arm. Daarna voerden we het kata een tandje hoger uit. Vervolgens werd de groep in tweeën gesplitst. De ene groep kreeg Hamahiga en de andere groep Yaraguwa no tonfa. Goed dat Arie Verwoert Sensei van sportschool Muilwijk te Dordrecht de voorgaande weken dit kata had behandeld, zodat ik Yaraguwa kon meelopen. Van Wim van de Leur Shihan kregen we mee dat bij het gedeelte van op een been staan en dan achteruit stappen, je eerst een goede stand moest hebben alvorens je been ging op tillen. Grappig was wel dat we eerst leerden bij het verpakken van de tonfa's dat je de punten in je lies moest plaatsen. Echter van Inoue Hansi moesten we de tonfa's eerst klemmen tussen arm en romp, en dan pas verpakken, waarop Wim van de Leur Shihan handig inspeelde door ons te vertellen dat we met deze variatie weer up-to-date zijn.



Jean Pierre Buyle demonstreert hiernaast het verpakken: eerst klemmen, dan handen verpakken. Bedankt Jean Pierre voor je geduld en dat je model wilde

Na Yaraguwa oefenden we wel drie comprehensives, wat ik niet zo eenvoudig vond. Goed dat ik met Tim, een leerling van Roy Soentjens Sensei, kon trainen. Konden we af en toe aan Roy Soentjens Sensei vragen hoe de comprehensive ook alweer uitgevoerd moest worden.

Mijn benen begonnen al vermoeid te raken, mijn maag knorde, en ik had best wel dorst. Gelukkig kregen we na de derde comprehensive een half uur pauze. Snel even eten, en aantekeningen maken, want anders weet ik het helemaal niet meer hoe ik die drie comprehensives met Tonfa's moet uitvoeren.



In de middag zwipten ongeveer 70 Bo's door de lucht. Goed dat we in een grote zaal stonden! Wim van den Leur Shihan gaf Soeishi Sho les aan de ene groep, en Inoue Hansi Soeishi Dai aan de andere groep. Daar ik al geproefd had aan Soeishi Sho no Kon, leek me het vervolg wel heel interessant. We moesten eerst Soeishi Dai no Kon aan Inoue Hansi laten zien. Goed dat ik weer strategisch stond, Frank van den Nieuwendijk Sensei

Roy Soentjens Sensei rechts voor van me, *Henk Luijsterburg Sensei* links achter en *Wally H. Müller*

van me, en verder andere zwarte banden met om me heen, en kon het kata wonder boven wonder goed volgen. Daarna oefenden we met Inoue Hansi. Dit vond ik een mooi moment om te zien hoe Inoue Hansi met veel elan ons dit kata leerde. Vervolgens werd de groep in drieën gesplitst. Ik stond in de groep van Frank van den Nieuwendijk Sensei. We begonnen rustig met het uitvoeren van Soeishi Dai, maar toen we bij de achtste keer waren, ging het voor me toch wel heel snel. Vervolgens mochten we gelukkig op eigen snelheid oefenen, terwijl Frank door de groep liep en ons corrigeerde of vragen beantwoordde. We eindigden dit kata door al die drie kleine groepen weer tot een geheel te vormen, en onder leiding van Inoue Hansi oefenden we gezamenlijk het Soeishi Dai no Kon voor de laatste keer. Vervolgens werden vijf comprehensives van Soeishi no Kon

binnen een half uur erin gestampt. Dit was voor me als tweede kyu-er wel heel intensief, maar bijzonder leerzaam. Ik had de eer om weer met Tim te mogen trainen. We boften dat Roy Soentjens Sensei en zijn partner Peter, en ook Kurt met zijn partner Eddy bij ons in de buurt stonden, zodat we toch de Soeishi no Kon comprehensives eigen konden maken.

De tijd vloog snel voorbij en daar stonden we dan met ongeveer zeventig kobujutsu beoefenaars in rij met de Bo naast ons lichaam. Een mooi gezicht, en ondanks met zo velen aanwezig, was het in de sporthal muis stil. We groetten eerbiedig de experts, waarna we als dank met zijn allen hard in de handen klaptten. Vervolgens poseerden we voor de gebruikelijke groepsfoto. Een bijzonder moment vond ik dat tijdens de groepsfoto het portret van de vader van Inoue Kisho Hansi ons flankeerde.



Hierboven met zijn allen op de foto op zondag 25 oktober 2009 te Krommenie.

Ook dit seminar vond ik een fantastische, leerzame en vooral leuke Tonfa en Bo dag!

Met Budo groeten van Wally H. Müller (Sportschool Muilwijk).