

## Holland Seminar Inoue Hansi

Via de post ergens in juli kreeg ik info over bovenstaande stage binnen die dan in november zou plaats vinden. Ik als gele band drager, vijfde kyu, had op woensdag de 22<sup>ste</sup> november de gelegenheid om mee te mogen trainen. Onderstaande verhaal vertelt mijn belevingen over die fantastische en leerzame dag.

Met mijn Mazda 121 dieseltje naar Antwerpen toe. Roy Soentjens Sensei berichtte me via e-mail dat er nog plaats was in zijn dojo. Daar ik alleen in de auto was, kon ik rustig nadenken over de kata's die Arie Verwoert Sensei ons in de dojo van Sportschool Muilwijk te Dordrecht had geleerd. Auto rijden, denken aan kata's en de uitdraai van een Routeplanner lezen, lukt net niet op die momenten dat je een afslag denkt in te moeten. Via een omtrekkende beweging heb ik wonder boven wonder de dojo van Roy Soentjens Sensei bereikt. Om kwart over één begonnen we met de lessen. Eerst kregen we les met de Bo van Roy Soentjens Sensei. Basis oefeningen – kamae, uke en seme – moesten we zowel rechts als links uitvoeren. Vervolgens oefenden we de drie Shuji kata's. Tijdens de oefeningen keek Inoue Hansi hoe de oefeningen werden uitgevoerd. Hij

kwam naast je staan om voor te doen hoe het dan wel moest.

Heel spectaculair vond ik hoe hij de kata's met veel gemak uitvoerde. Vooral opvallend was zijn stem geluid. Elke keer had ik het idee dat na zo'n Inoue Hansi schreeuw de spiegels zouden gaan barsten. Volgens mij had Roy Soentjens Sensei



Van links naar rechts: Wim van de Leur Shihan, Inoue Kisho Hansi, en Roy Soentjens Sensei.

daar rekening mee

gehouden bij de bouw van zijn dojo. Moet ook wel, want ik als beginnende kobudoka raakte twee maal per ongeluk de spiegel. Als laatste Bo oefening gingen we over tot de kumites 1 tot en met 10.

Na de pauze gingen we tot mijn schrik over tot nunchakus. Tijdens de periode van al die Bruce Lee films hadden we als schooljongens van afgezaagde bezemstelen middels een kettinkje wel gespeeld met nunchakus, maar dat viel in het niet toen we les kregen van Wim van de Leur Shihan. Al gauw had hij in de gaten wie niet zo'n ervaring had met de nunchakus. Heel geduldig deed hij de oefeningen voor, vertelde dat alles uit de heup moest komen, en dat het een kwestie was van veel oefenen. Na al die zwaai oefeningen

en ingewikkelde opvang oefeningen leerde Wim van de Leur Shihan ons het nunchaku kata nummer 1. Wat zou daar de Japanse naam voor zijn? Dat kata was voor een nunchaku beginneling zoals ik iets te hoog gegrepen, hoewel ik zoveel mogelijk het kata probeerde mee te lopen. Daarna moesten we met een partner elkaars nunchaku raken. Ik wist dat ik een afwijking naar links had, maar dat was met zo'n nunchaku moeilijk te corrigeren. Ik was blij als ik van de tien nobashi-tsuki's er drie kon raken. Gelukkig trof ik de nunchaku van mijn partner op het moment dat Inoue Hansi bij ons kwam staan. Met een grom liep hij verder. Was dat een grom van bewondering of was dat meer omdat ik met veel geluk mijn partner's nunchaku had geraakt?



Met veel trots flankeren Jelle (rechts) en ik Inoue Kisho Hansi.

Natuurlijk moest bij het eind van de les weer een groepsfoto gemaakt worden, zie hieronder. Ook mochten we met zijn tweeën op de foto met Inoue Hansi. Op de terugreis memoreerde ik van wat ik nu weer geleerd had. Wat me bij was gebleven was datgene wat Inoue Hansi zei over het gebruik van de Bo: Bij de ukes op een denkbeeldige lijn blijven. Dus niet van de lijn afwijken bij de soto uke of uchi uke. Bij de seme moest de nuki stuki snel uitgevoerd worden, zodat je gelijk na snel terug trekken weer klaar staat voor een volgende aanval. Let ook op met welke hand je de Bo trekt. Bij kata Shuji no kon Sho leerden we eerst hoe we moesten openen. Bij yoi bleef de linker hand gehoekt voor je voorhoofd, en je kijkt dus net onder je linker onderarm. De rechter hand gaat dan gedraaid naar beneden met de handrug van je af wanneer je richting je band gaat, en je blijft met je rechter hand tot op band hoogte. Daarna laat de linker hand los van de Bo. Bij hikkake uke blijf je op die denkbeeldige lijn, en later bij de harai uke is dat ook het geval. De yoko uchi schouder hoogte moest parallel uitgevoerd worden met de grond. Dus niet schuin omhoog. Vervolgens moesten we eerst 45 graden naar links kijken, dan de linker voet voor de rechter knie brengen (tsuri ashi?), en wanneer de linker voet weer op de grond kwam dan op band hoogte de yoko uchi parallel met de grond uitvoeren. Bij

het tweede kata, kata Shuji no kon Dai, moesten we in het deel van jodan uchi, nuki tsuki, na opspringen soto uke, weer soto uke met rechts kruist linker been, vervolgens yoko uchi jodan parallel aan de grond, en nu komt het: drie dingen te gelijk, namelijk Bo op rechter schouder, 45 graden naar links kijken, en tsuri ashi, ja ja dat is even wennen, en dan pas yoko uchi chudan, niet parallel aan de grond. Bij kata drie, Shuji koshiki, blijven de voeten in de zogenoemde v-vorm, dus niet tegen elkaar aan bij Yoi. Wat betreft de nunchaku lessen van Wim van de Leur Shihan bleef me bij dat het opvangen van de nunchaku na een slag of zwaai heel moeilijk is. Eerst moest je bijvoorbeeld met je linker hand dat deel van de nunchaku opvangen wat in de rechter hand zat, en vandaar uit glij je over de nunchaku via het touwtje naar het andere deel van de nunchaku. Heel wat anders dan in de tijd van Bruce Lee films met onze zelf gemaakte nunchakus. Verder was het ook met de nunchaku de bewegingen maken vanuit de heupen. Inoue Hansi, Wim van de Leur Shihan, en Roy Soentjens Sensei bedankt voor deze fantastische en leerzame dag!



De groep uit België.

Groetjes van Wally H. Müller  
Dordrecht, 1 december 2006.