

# Beginnerscursus jodo bij Kendo Kai Den Haag

Bereid je voor op een verrijkende reis door de oude kunst van jodo met onze 9 weken durende beginnerscursus bij Kendo Kai Den Haag. In deze cursus komen aspecten aan bod als correct voetenwerk, lichaamshouding, slagtechniek en etiquette.

## Cursusdetails

- **Duur:** de cursus beslaat 9 weken, met trainingen van een uur.
- **Kleding:** jodo wordt beoefend op blote voeten, verder raden we comfortabele sportkleding aan die vrij bewegen mogelijk.
- **Uitrusting:** een jo (houten stok), inbegrepen in het cursusgeld.

## Jodo

Jodo is een Japanse krijgskunst die focust op het gebruik van de jo, een korte staf van 128 cm, om zwaardvechters te verslaan zonder ze te doden. Het biedt unieke voordelen boven het zwaard op technisch, tactisch en psychologisch vlak. Tactisch gezien is de jo veelzijdiger: hij kan gebruikt worden voor slaan, stoten en zwiepen vanuit elke richting, doordat beide uiteinden benut kunnen worden.

Het hanteren van de jo stimuleert het gebruik van beide lichaamshelften vanwege het beoefenen van de technieken zowel links- als rechtsvoor staand, een aspect dat uniek is en niet voorkomt bij het gebruik van een zwaard.

## Inschrijvingsdetails

- **Vereisten:** de cursus staat open voor personen van 15 jaar en ouder.
- **Inschrijven:** registratie is online beschikbaar.
- **Na de cursus:** we nodigen deelnemers uit om zich aan te sluiten bij de vereniging na het voltooien van de cursus. Dit is een prachtige kans om je reis in jodo voort te zetten, je vaardigheden verder te ontwikkelen en je begrip van deze krijgskunst te verdiepen.

## Over Kendo Kai Den Haag

Wij willen een omgeving bieden voor iedereen, waar onze leden zich in hun eigen tempo kunnen ontwikkelen. Daarom streven wij ernaar om de gezelligste budo-club van Nederland te zijn. Wij streven naar groei en succes als dojo, als studenten van de weg van het zwaard. Ook voor jodo geldt het concept van kendo: het menselijk karakter disciplineren door de principes van het wapen toe te passen.