



Kintsugi Judo

Samurai Eindhoven



Beste,

De club werd in 1979 opgericht door René Pauwels en zijn echtgenote Mia. Vandaag wordt ze met dezelfde passie geleid door hun drie zonen: Carl, Herman en Rony. Judo club Samurai Eindhoven zet sterk in op het opleiden van jonge, talentvolle judoka's.

Bij onze club is iedereen vanaf 6 jaar welkom om te trainen op elk gewenst niveau, zowel recreatief als competitief. Er wordt getraind in vijf verschillende groepen: -10, -14, +14, veteranen (+35), en Kintsugi Judo. In totaal telt de club ongeveer 200 actieve leden, evenredig verdeeld over deze groepen.

Hoewel de focus ligt op wedstrijdjudo, worden recreatieve beoefenaars zeker niet over het hoofd gezien. Zij vormen de ruggengraat van de club en maken ongeveer de helft van de leden uit. Daarom wordt aan hen evenveel aandacht besteed als aan de wedstrijdjudoka's.

De club heeft al jarenlang een actieve veteranengroep en zet zich in voor oudere judoka's. In een vergrijzende maatschappij is het immers belangrijk om beweging te stimuleren, omdat dit de sleutel is tot een gezond en zinvol leven. Sinds september 2024 biedt de club een nieuwe discipline aan voor deze doelgroep: "Kintsugi Judo."

Wat is Kintsugi Judo?

Kintsugi Judo is meer dan alleen een fysieke discipline; het is een filosofie en een levenshouding. Geïnspireerd door de eeuwenoude Japanse kunst van Kintsugi, waarbij gebroken keramiek wordt hersteld met goudlak, omarmt Kintsugi Judo de idee van Active Ageing met respect voor onze imperfectie. In plaats van gebreken te verbergen door vroegere kwetsuren of overbelasting, door werk of ouderdomsslijtage, omarmt Kintsugi Judo ze als een integraal onderdeel van de judoka en streeft naar weldaad voor lichaam en geest, met als doel plezierbeleving, verbeteren van de algemene gezondheid en sociaal contact. In Kintsugi Judo leren de beoefenaars niet alleen judotechnieken om fysiek sterker te worden, maar ook wordt er gewerkt aan psychomotorische en sociale doelstellingen. In plaats van perfectie na te streven, moedigt Kintsugi Judo zelfacceptatie aan. Het gaat niet om het vermijden van onze beperkingen, maar om het leren te aanvaarden en op een positieve manier mee om te gaan.

Of je nu een doorgewinterde judoka bent, opnieuw wil starten of helemaal nieuw bent in de wereld van vechtsporten, Kintsugi Judo biedt een unieke ervaring die je fysieke en mentale kracht zal versterken. Door de principes van Kintsugi te integreren in onze training, streven we naar een toegankelijkheid voor iedere judoka of starter die zich momenteel beperkt weet voor de reguliere judo trainingen. Kintsugi Judo is niet bedoeld om tegen elkaar te judoën, maar om samen te werken, met een verantwoordelijkheid voor het duurzaam omgaan met jezelf en je medejudoka's. Daarom zijn er onderlinge afspraken om iedereen zo gelijk mogelijk te maken zoals o.a. aangepaste Kumi-Kata en groeten, snelwandelen in plaats van rennen, geen explosieve bewegingen, sprongen en acties, aangepast vallen (of niet vallen) afgestemd op de deelnemers, open oefenvormen zoals randori worden meer gesloten gemaakt, enzovoort...

Tijdens de training zal duidelijk worden uitgelegd wat de principes en de redenen achter Kintsugi zijn. Onze reguliere trainingen gaan door op de 1ste en 3de donderdag van de maand van 19:30 tot 21:00 uur en op de 2de en 4de donderdag van de maand van 20:30 tot 22:00.

Vanaf september 2025 worden er zes extra kennismakingstrainingen georganiseerd. Deze vinden plaats in de dojo van Judoclub Samurai Eindhoven VZW, Schoolstraat 40/1, Eindhoven (Laakdal), op de volgende data:

18/09/2025

02/10/2025

16/10/2025

06/11/2025

20/11/2025

04/12/2025

Telkens van 18:30 uur tot 19:30 uur.

Heb je geen judopak? Geen probleem! Je kan deze trainingen gerust bijwonen in sportieve kleding, zoals een joggingpak.

Is dit iets voor jou? Stuur dan een e-mail naar info@samuraieindhoven.be of neem contact op met Carl Pauwels via 0492 50 89 48 of Guido Dom op 0487 14 28 80.

Judoclub Samurai Eindhoven VZW, Schoolstraat 40/1, Eindhoven, (Laakdal)