



# KARATE-DO SAN

## Cor de Ruijter 5<sup>e</sup> Dan TOtaal Karate

**Karate-do SAN** (Roosendaal) leraar en Hanshi Sö-gö Ryu Nederland (TOtaal Karate Nederland = TKN) Con Voermans (Etten-Leur) heeft afgelopen donderdag in zijn eigen ontwikkelde stijl TOtaal Karate (Sö-gö Ryu genoemd in het Japans) Cor de Ruijter, 92 jaar jong bevorderd tot 5<sup>e</sup> Dan TOtaal Karate.



Cor werd na de training totaal verast met deze bevordering. Cor traint vanaf zijn 66 jaar bij Karate-do SAN. Hij heeft zich gelijk thuis gevoelt, meer dan 26 jaar is hij lid, vanaf zijn 1<sup>e</sup> Dan toen hij 72 jaar oud was, is Cor mee gaan helpen met lesgeven. Tot zijn 80 jaar sparde hij mee. Toen hij 90 werd, is hij in Roosendaal geridderd. Wij de leden van SAN zijn trots dat bij ons is, spreken de hoop uit dat hij dit nog heel lang mag blijven doen!



TO staat voor richting, verandering. TOtaal Karate is een hybride karate stijl waar semi en full contact elkaar kunnen vinden. Con heeft op verzoek van oud voorzitter vd KBN Herman van der Meulen (Haarlem) een trainingssysteem ontwikkeld Sö-gö Ichi Shobu om het nationale team mentaal en fysiek uit te dagen, vanuit dat systeem is later het DAN programma ontwikkeld.



### **Agenda tip:**

- Vanaf heden, te Etten-Leur, Bootcamp en Buitentraining karate voor als nog alleen op de woensdag, maar op afspraak kan een andere dag ook gepland worden.

Data nog niet bekend:

- TOtaal Karate Nederland scheidsrechter cursus, open voor alle stijlen, stromingen en organisaties o.l.v. Rob Bos (den Haag), Harald van der Bol (Geffen) en Con
- TOtaal Karate Nederland Kata stage o.l.v. Remon Hartkamp (Leeuwarden) kata Sö-gö Shuto en Con met als doel, zoek het gevecht in jezelf met de kata

**Info:** Karate, privé trainingen, bootcamps, coaching: 06-24222772