

De tweede nieuwsbrief. Reacties zijn welkom. Leuk, als je hem doorstuurt aan vrienden, belangstellenden.

Let op: Trainingstijden rondom Feestdagen

vrijdag 22 april	Goede Vrijdag: Lessen gaan gewoon door!
maandag 25 april	2 ^e Paasdag: geen lessen ochtendgroep, geen les in Den Helder
zaterdag 30 april	Koninginnedag, geen les i.v.m. Koninginnedag
donderdag 5 mei	Bevrijdingsdag: Lessen in Hoorn gaan gewoon door!
donderdag 2 juni	Hemelvaartsdag: Lessen gaan gewoon door!
maandag 13 juni	2 ^e Pinksterdag: geen lessen in Alkmaar en Den Helder → Gemiste lessen zijn kosteloos in te halen op andere locaties.

In dit nummer

- **RBST voor Tieners**
locatie: Alkmaar
- **Examenkandidaten geslaagd!**
- **Krav Maga Global**
- **CampExtremE! succes**
- **Uitbreiden lesaanbod**
- **Op de website:**
 - **evenementenagenda**
 - **upgrade jouw abonnement!**

Agenda Internationaal

(toegankelijk voor alle leden van KMG)

Mei

20-28. Touring & Training, Schotland (alle levels)

Juni

14-19. G-Camp, Israël (vanaf level P5)

17-19. Crosstown, Duitsland (alle levels)

20-27. E Camp, Israël (vanaf level G5)

Juli

1-10. Touring & Training, Israël (alle levels)

Reality Based Selfdefense Training (RBST) voor Tieners

Sinds dinsdag 29 maart jl. wordt er op de locatie Jan Arentsz College twee keer per week, op dinsdag en vrijdag, een uur Krav Maga-les gegeven aan tieners. Tieners kunnen op elk gewenst moment instromen, er is nog plek. Er zijn twee leeftijds-categorieën, die in hetzelfde uur gedifferentieerd les krijgen. Je kunt instromen in de leeftijdsgroepen 12 t/m 14 jaar en 15 t/m 17 jaar. Vanaf 18 jaar kun je meetraineren in de volwassenengroepen. Voor één keer per week trainen is het tarief € 20,00 per maand, twee keer per week kost € 34,00 per maand. Aanmelden via info@kravmaga-alkmaar.nl

Examenkandidaten geslaagd: gefeliciteerd!

12 maart 2011

Maar liefst tien kandidaten slaagden in Hoorn voor hun P1-examen.

13 maart 2011

Marco van Breemen is geslaagd voor zijn G3-examen, afgenomen door Tommy Blom het Global Instructor Team lid uit Zweden.

23 maart 2011

Van de Natres/Bergen groep zijn 23 cursisten geslaagd voor hun P1-examen.

10 april 2011

Elf cursisten uit Alkmaar en vier uit Hoorn slaagden voor de Leveltest P2 in Den Haag. De test werd afgenomen door Ilya Dunskey uit Israël.

Totaalstand leveltesten: P1: 147, P2: 43, P3: 8, P4: 1

Nieuws van Krav Maga Global

De landelijke overgang naar een nieuwe organisatiestructuur krijgt vorm. **Marco van Breemen** is het regionale aanspreekpunt voor instructeurs van KMG in Noord-Holland. KMG trainingsshirts en logopatches zijn vanaf nu verkrijgbaar.

Mede door het mooie weer is het **Camp XtremE** in Den Haag, georganiseerd door KMG een groot succes geworden. De deelnemende leden van KravMaga Noord-Holland van de trainingsgroepen Alkmaar en Hoorn zijn allen heel enthousiast teruggekomen. Het aparte Vrouwen Seminar, gegeven door Mehyrav Bar Haim werd heel positief ontvangen.



Uitbreiding lesaanbod

24 april start het eerste deel van een nieuwe instructeurcursus in Nederland. Er wordt +/- 200 uur Krav Maga getraind. De cursus wordt geleid door het Global Instructors Team van KMG. Adam Barszczowski, die bij ons in Alkmaar en Hoorn traint gaat aan deze opleiding deelnemen. Als Adam zijn opleiding heeft afgerond en zijn instructeurdiploma heeft behaald, breidt KM NH het lesaanbod uit met meer lesavonden in Alkmaar (ma. en do.). Een nieuwe trainingslocatie elders in de regio maakt ook deel uit van dit plan. Na de zomervakantie wordt een en ander gerealiseerd.

Workshops Krav Maga Noord-Holland

Krav Maga Noord-Holland organiseert regelmatig workshops met diverse thema's. De eerste is gehouden op zondag 17 april jl. in Budocentrum Julianadorp. Het thema was **Chokes – Timeline**, bevrijdingen uit verwurgingen in verschillende stadia. Al snel waren er voldoende aanmeldingen en alle deelnemers waren na afloop razend enthousiast. Een foto-impressie van deze dag, kun je bekijken op onze website.

Voor de workshop **Knife- en gunthreats** op zaterdag 21 mei a.s. in Hoorn zijn nog enkele plaatsen beschikbaar. Geef je snel op via info@kravmaga-alkmaar.nl. Een vervolg op deze workshop met thema **Knife- en stickattacks** is in de planning. Binnenkort hierover meer informatie. De workshop **Incidenten bij uitgaan** in Alkmaar is volgeboekt. Deze wordt binnenkort nogmaals gepland, houd de site in de gaten voor deze en nieuwe workshops.

Goed om te weten:

Voor deelname aan de workshops, is aanmelden vooraf verplicht. Er wordt op je gerekend. Afmelden kan tot twee dagen voor aanvang van de workshop. Dat geeft een ander de mogelijkheid om zich in te schrijven voor een al volgeboekte workshop. Soms is er een reservelijst. Alle informatie over deelname aan de workshops, kun je nalezen op onze website: www.kravmaga-noordholland.nl.

Upgraden abonnement!

Pas je abonnement aan, aan jouw trainingsbehoefte. Naast het standaardabonnement voor twee keer per week trainen à € 40,00 per maand in Alkmaar en Hoorn is het nu ook mogelijk om vaker te trainen.

Upgrade mogelijkheden voor Alkmaar/Hoorn zijn:

- onbeperkt trainen € 55,00 per maand, alle locaties & tijden.

Voor Den Helder en Natres/Bergen, met een standaardabonnement voor 1½ uur trainen per week, zijn de upgrade mogelijkheden:

- onbeperkt trainen € 55,00 per maand, alle locaties & tijden;
- twee keer per week trainen: € 40,00 per maand, alle locaties & tijden.

Agenda Examens mei, juni, juli

24 mei, P1 in Alkmaar: voor starters februari 2011 of eerder, latere instromers worden 22 juli a.s. getest

27 mei, P3 in Alkmaar: voor geslaagden P2 van 18 december 2010

30 mei, P1 in Alkmaar Ochtendgroep, voor starters februari 2011 of eerder Eventueel voor leden die op 24 mei niet kunnen.

juni, Landelijk Examen, voor geslaagden P1 en P3 van januari /februari 2011 uit Hoorn en Alkmaar

23 juni, P1 in Hoorn: voor starters maart 2011, bij voldoende gevolgde lessen

18 juli, P1 in Den Helder: voor starters van april 2011 of eerder

22 juli, P1 en P3: voor starters van april 2011 of eerder P3 voor geslaagden P2 van 10 april 2011

Let op: voor alle examens geldt dat in overleg met Marco en Bram, bij voldoende gevolgde lessen, wordt besloten tot het wel of niet afnemen van het examen. Alle informatie kun je nalezen op de website.

Krav Maga Noord-Holland

TELEFOON
06-47031667

E-MAIL:
info@kravmaga-alkmaar.nl

WEBSITE:
www.kravmaga-noordholland.nl