



**Geef uw kind zelfvertrouwen cadeau en een voorsprong in het dagelijkse leven.**



**DOET U ER ALLES AAN OM:**

- ▶ Ervoor te zorgen dat uw kind succes zal hebben in zijn leven?
- ▶ Hem of haar te helpen om goed te presteren op school?
- ▶ Zijn of haar zelfvertrouwen te ontwikkelen?
- ▶ Hem of haar te helpen om hun zelfdiscipline bij te brengen?

De meeste ouders doen er alles aan om hun kinderen deze dingen te leren. Maar veel ouders kunnen daar best een helpende hand bij gebruiken. Zeg nou zelf, in onze drukke 21<sup>e</sup> eeuw met zijn strakke schema's, is het moeilijk om de tijd en de middelen te vinden om ze werkelijk met deze belangrijke zaken in hun jonge leven te helpen.

U zou kunnen denken of verwachten dat zij leren wat vastberadenheid, positieve mentale instelling, zelfdiscipline en doelstellingen op school zijn, maar dat is in de praktijk vaak niet het geval.

Leerlingen welke bij ons Sportcentrum trainen zijn andere kinderen een stapje voor omdat wij in onze lessen deze belangrijke zaken meenemen en zo bij uw kind het bovenstaande ontwikkelen.

## Principes van de zwarte band.

Beste ouders,

Het feit dat u dit op dit moment aan het lezen bent zegt ons dat u het beste met uw kind voor hebt en dat u het beste voor uw kind wilt. Dus hoe bereid u uw kind het beste kunt voor op de uitdagingen van de 21<sup>e</sup> eeuw?

Hoe kunt u hen leren om een positieve kijk op dingen te hebben, om gemotiveerd te zijn, om doelen te hebben en te halen en om geconcentreerd te zijn?

Dit is zeker geen eenvoudige taak, vooral niet omdat deze zaken niet worden aangeleerd op onze scholen of bij het voetballen enz.

En dit terwijl, als deze zaken al op jonge leeftijd worden bijgebracht, ze een enorme positieve impact op hun verdere leven zullen hebben. In de jaren dat wij lesgeven hebben wij menig kind gezien welke verlegen en futloos en zonder zelfvertrouwen op de mat verscheen.

Sommige van hen hadden moeite met zichzelf te concentreren en te focussen en hielden dit vaak maar enkele minuten vol. Anderen hadden last van enig overgewicht of hadden moeite met het aanleren van de oefeningen. Vele van deze kinderen hadden ook in het dagelijkse leven moeite met aanpassen.

Zelf hebben wij een zwakke plek voor deze kinderen, omdat wij uit ervaring weten dat met de juiste aanpak en training deze kinderen aantoonbaar kunnen groeien in deze situaties. Wij stelden ons tot doel om ze niet alleen te leren hoe ze moesten trappen en stoten of werpen, maar dat zij ook als persoon moesten groeien door ze spelenderwijs ook deze zaken bij te brengen.

Wij leren ze dus niet alleen om goed te worden in Jiu-Jitsu maar ook wat de zoals wij noemen: **de principes van de zwarte band.**

**Doorzettingsvermogen**  
**Beleefdheid**  
**Nederigheid**

**Eergevoel**  
**Zelfbeheersing**  
**Loyaliteit**

**Integriteit**  
**Geestdrift**  
**Sportiviteit**

Deze belangrijke punten tezamen met het leren stellen van doelen, zelfdiscipline, concentratie en een positieve geestelijke instelling zijn de fundering van ons lesprogramma.