



Mijn Japan reis:

18-10 t/m 30-10 2015

In maart 2015 heb ik namens Tamashii, en in samenwerking met Alexander Best, sensei Scott Langley uitgenodigd om een stage te geven in Bergen op Zoom. Scott is een zeer goede leraar die 5 jaar in Japan heeft gewoond om de instructors course bij het JKS te volgen en af te ronden. Na de breuk met het JKS (Scott schreef een eerlijk boek over deze periode en dat werd hem niet in dank afgenomen) is Scott bij het WTKO terecht gekomen en is daar nu chieft instructor voor GB en Ierland.

Na afloop van de stage in Bergen op Zoom en tijdens een maaltijd in de stad kwam het onderwerp op deze Japan reis en werd ik uitgenodigd om mee te gaan. De reis zou een boeiende combinatie moeten worden van trainen en sight seeing.

Dit jaar, 2015, bestaat Tamashii 10 jaar, ik werd 50 en de reis zou ook nog eens vallen in mijn herfstvakantie periode. Dat betekende dat ik alleen nog in mijn maag zat met drie les dagen op het Willem de Zwijger college waar ik mijn onderwijsbaan heb. Mijn directie was geweldig en steunde mij met bijzonder verlof om deze reis mogelijk te maken.

Mijn lieve vrouw Wendy steunde mij ook, dus met bonzend hart heb ik akkoord gegeven en aldus zou het gebeuren: voor het eerst naar Japan!

Zondag 18 oktober:

Vandaag op tijd uit bed. De rugzak en day pack staan klaar. Wendy, Inez en Maud brengen mij naar Schiphol waar om 14.55 uur het vliegtuig naar Frankfurt zal vertrekken. Ik ontmoet Alexander daar. Samen zullen wij naar Frankfurt vliegen. Ik neem afscheid en we stappen aan boord. In Frankfurt ontmoeten we de rest van het gezelschap: Scott, Annette, Angele, Alan en Richard uit Ierland, Karin, Simon en Andy uit Engeland, Torunn uit Noorwegen, Alexander en ik uit Nederland.



Om 18.05 uur zal ons vliegtuig vertrekken naar Tokyo. Een 12 uur durende reis. We zitten krap in de tijd om in te checken, maar toch krijg ik een voorproefje van de fun van deze trip: achter de mannen aan snel ik me richting de bar waar we een flink glas bier bestellen. Even toasten op de trip. Het glas is nog niet halfleeg of we snellen ons richting terminal. De laatste slokken gaan naar binnen terwijl iedereen al aan boord is. We zetten ons glas bier op de balie van de terminal en gaan vlug aan boord. De toon is gezet: haasten, biertje op zijn tijd en vooral plezier hebben!



De vliegreis zelf ging prima. Ach, ik zat tussen die grote kerel (Alexander) en een aardig dikke man in geperst. Maar met een paar filmpjes, wat hazenslaapjes en wat leeswerk in kwamen we om ongeveer 11 uur lokale tijd aan op Tokyo airport.

Maandag 19 oktober:

We zouden als eerste naar Hakone gaan. Een mooi natuurgebied met een groot meer zo'n 100 km van Tokyo vandaan. Hoe groot Tokyo is kwamen we achter door deze eindeloze reis van metro en trein. Eenmaal aangekomen in het "dorp" zagen we een oud traditioneel hotel. Het sjouwen met onze zware rugzakken inmiddels wel beu zijnde. In het hotel de eerste kennismaking met Japanse traditie: schoenen uit en veel te kleine slippers aan. Schoenen in een soort kluisje bij de ingang.

Wat een lieve, behulpzame en uiterst beleefde mensen. Aangekomen in onze (Andy, Alex en ik) kamers: klein entreehalletje, grote living (4 bij 3) en zelfs een klein achterkamertje met twee stoelen en een wasbak. Alles voorzien van tatami (vloermatten van doorgaans 90 bij 180 cm) en shoji (schuifdeuren). Om te slapen moesten we onze futon (slaapmatje) uit een kast halen en ergens leggen. Bij het opstaan gewoon weer oprollen en in de kast terug leggen. Wisten wij veel; dit zou onze grootste kamer blijken, vanaf hier werd het steeds krappert.

Dit hotel had een prachtige badruimte. Het baden moet ik even uitleggen, want dat is toch wel geweldig hoor:

Je kleed jezelf op je kamer uit, op ondergoed na. Dan stap je in een soort kimono badjas geval (Yukata) en loopt op je slippers naar de badruimte in de beneden verdieping. Je hebt een handdoekje en een klein was doekje bij je. In de kleedruimte ga je naakt en neem je alleen het kleine was doekje mee naar binnen. Binnen is er een mooie stenen badkuip met zeer heet water. Aan de rand zijn lage douches met zeep en shampoo. Je pakt een laag krukje met een soort emmertje. (in dit hotel van hout, goedkopere versies zijn van gewoon plastic). Dan overgiet je jezelf met heet water en wast jezelf grondig af. Na het afspoelen ga je even relaxen in het bad. We zagen japanners dit ook zeker een keer herhalen. Ze namen er rustig de tijd voor.

Na het badderen liepen we gezamenlijk het dorp in. We belanden uiteindelijk in een klein plaatselijk barretje. Op een verhoging, in kleermakerszit, aan een laag tafeltje gezeten maakten wij kennis met de Japanse keuken. Er kwam een diversiteit aan eten op tafel. Heerlijk verse vis, rijst en allerlei kleine aanvullingen. En meteen die eerste avond een voorproefje van wat deze trip ook zou kenmerken: veel drinken en KAMPAI! So much fun!



Dinsdag 20 oktober:



De eerste nacht verliep prima op die dunne futon. In onze yukata gingen we naar de ontbijtzaal. Daar werden we verrast op een traditioneel ontbijt. Wel even wennen om in plaats van die bruine boterham met kaas ineens een bord vol met eten te vinden. Ik kan het proberen te omschrijven, maar de foto hieronder spreekt boekdelen. En het moet gezegd; het was heerlijk!



Vandaag met een boemeltreintje naar het meer Ashino-ko gereisd. Het is een laag berg achtig gebied met een mooi meer in het midden waar een paar replica van oude schepen varen.

Met goed weer kun je de berg Fuji zien. Een vulkaan berg met de typische afgeplatte bovenkant. Vandaag was het wat heig weer dus hadden we maar een vaag zicht op de berg. In het vliegtuig heeft Torunn wel een supermooie foto gemaakt, zie hieronder. Verder een relaxte dag met heerlijk eten in de middag. We hebben mooie oude tempels gezien en op een heuveltop met prachtig uitzicht ons pak aangedaan en wat foto's gemaakt. Dat hoort er ook bij. Aangekomen in het hotel weer een lekker bad genomen en daarna weer in het kleine barretje in het dorp gezellig gegeten en een paar bescheiden biertjes en uiteraard wat Sake op: Kampai!



Woensdag 21 oktober:

Vandaag gaan we op weg naar Tokyo. Ik ben benieuwd waar we zullen verblijven. Weer een lange trein/ metro trip. Overstappen op het Shinjuku station. Een gigantisch knooppunt van rails. Dagelijks gaan er zo'n 2 miljoen mensen doorheen. Als je niet weet wat je doet, verdwaal je echt.



In het hotel aangekomen: gelukkig weer traditioneel. Wel een stuk kleiner. De vierkante meter prijs in Tokyo is enorm. Weer slapen Andy, Alex en ik in een kamer, gezellig.

We pakken onze kleine daypack in met onze dogi (karate pak) en gaan op weg om Sensei Ota van de Keio universiteit te ontmoeten. We komen in een erg oude dojo terecht. 50 meter van de plek vandaan waar Funakoshi zoveel jaren geleden zijn eerste lessen gaf. Bijzonder om daar te zijn en te trainen. Aangekomen kijken we rond, we mogen foto's nemen en eenmaal omgekleed start een prettige training onder leiding van sensei Ota. Hij was even verbaasd over mijn 6^e dan, vond mij te jong! Later bleek dat er 45 jaar stond op mijn "cv" (vertaal fout) en sensei Ota zelf vond mij er uitzien als 40. Tja, op zich wel fijn, maar dat werkte mij nu even tegen haha. We gingen aan de slag en ondertussen stroomde de dojo vol met de jonge garde fanatieke leerlingen van sensei Ota. Die bekeken ons natuurlijk, een stel buitenlanders die in hun dojo bezig waren.

We hebben Kihon oefeningen gedaan, lekker zweten. We eindigden met kata en uiteindelijk moesten we onze favoriete kata draaien. Ik begreep het verkeerd en dacht dat het de eerste keer rustig moest en de tweede keer pas voluit. Dus dat deed ik. Ik moest echter uiteindelijk in mijn eentje alsnog een andere kata draaien. Of hij me nu uitprobeerde of niet, spannend was het wel even. Ik draaide empi en gelukkig leverde me dat een applausje op, ook van zijn leerlingen.

Na het trainen weer lekker gegeten en gedronken en terug in het hotel een lekker bad genomen. Top dag!



Ota sensei



groeps foto in de Keio dojo

Donderdag 22 oktober:

Vannacht best goed geslapen! Ik ben zo slim geweest om mijn oordoppen mee te nemen. Die Andy, hij snurkt met veel enthousiasme. Mijn slaap ritueel: eerst een half uur met mijn i-pod muziek luisteren, dan mijn oordoppen in en een t-shirt over mijn ogen. Slaap gegarandeerd, haha.

Vandaag gaan we twee trainingen doen. Ontbijten doen we in een modern tentje: we kunnen daar westers ontbijten. Ze hebben een geweldig ruime wc. (je moet weten dat de wc in dit hotel zo klein



is dat wij er niet eens kunnen zitten en onze billen kunnen afvegen zonder half omhoog te komen. Echt een crime dus.) Na het ontbijt pakken we onze dogi weer in en gaan op weg naar een andere dojo. We ontmoeten daar sensei Tsuki (goju ryu master). Met hem nog wat leerlingen/ volwassenen. We krijgen een erg interessante training die begint met ademhaling. In plaats van alleen te focussen op uitademen, leggen ze bij deze stijl ook focus op inademen. (tong tegen gehemelte en kort via neus inademen met focus op onderbuik). We komen er door oefeningen achter dat het wel degelijk krachtiger is en verrassend effect heeft. We doen ook wat kumite (sparring met partner) en zijn lekker voldaan.

De pakken mogen blijven hangen want we gaan nu Tokyo in om wat te eten en drinken en dan weer terug voor training twee. Weer heerlijk gegeten. Mijn buik is tevreden, alles valt super goed. Begin van de avond gaan we met de echte oudere senioren trainen. De oudste is de 88-jarige Iwamoto sensei die nog onder Funakoshi Sensei heeft getraind! Dat is werkelijk bijzonder natuurlijk.

De training bestaat uit meerdere kata. Lekkere training, enorm prettige sfeer. In een woord geweldig! Maar de mooiste verrassing komt nog: na afloop komen er zeiltjes tevoorschijn voor over de dojo vloer. Er komt drank (ruime mate en keus) en eten tevoorschijn. Met de "oudjes", nog fit en vrolijk genoeg hoor, toosten we en kletsen we een uur lang. Dit was echt zo'n bijzondere avond! De gastvrijheid, vriendelijkheid. Unieke ervaring die ik voor geen goud had willen missen.



Na afloop weer een drankje in een bar. (ik weet gewoon niet meer waar en welke. Ik plak maar een foto van een gelegenheid). Maar; weer lekker wat eten en KAMPAI!



Vrijdag 23 oktober:

Vandaag rustige start. Wel moeten we even ons spul verhuizen naar een ander gedeelte van het hotel aan de overkant van de straat. Weer een stapje terug qua ruimte haha, deze kamer is nog kleiner ;)

Ontbijt genoten, even tijd voor ons zelf. We hebben een uitstapje gemaakt naar het Shinjuku station. Waanzinnig groot: dagelijks passeren daar zo'n 2 miljoen reizigers. Toen op weg om Ota sensei te ontmoeten. Deze bracht ons langs het JKF-hoofdkwartier. We kregen van de voorzitter een toespraak en uitleg over de plannen om karate op de olympische spelen te krijgen. Daarna een rondleiding door het grote gebouw met enorme dojo (twee verdiepingen). Wel grappig, ik dacht: "we gaan hier dus trainen". Maar nee, het bleef bij een toespraak, een rondleiding en weg waren we weer. Achter sensei Ota aan naar de dojo bij de Keio universiteit. Daar kregen we een ruim 2,5 uur durende training van Ota zelf. Dat was lekker. Echt even helemaal leeg. Uiteraard opnieuw wat eten en drinken. En hup dat bed in, nou ja bed.....;)



Zaterdag 24 oktober:

Sensei Scott waarschuwde ons al; dit wordt een pittige trainingsdag. Vooral de laatste training met de veteranen kumite en kata. Een groep die nog steeds actief is in wedstrijden op hoog niveau.

Maar eerst naar the sports centre waar we les gingen krijgen van Shibata Sensei. Deze uitermate vriendelijke man liet ons kumite drills doen, los en met partner. Sensei Ota wilde weer met mij trainen dus dat was fun. Samengevat (met een vette knipoog en glimlach): ik mocht hem niet raken, hij mij natuurlijk wel. Hij dook weg; naar achteren en naar beneden, maar ik mocht niet naar beneden duiken.....en ondertussen zei hij met een glimlach: "you must relaxe more"! Wat niet altijd even makkelijk was, zekere nadat hij me in mijn gezicht schopte haha.

Verder heerlijk wat kata gedraaid. En deze sessie eindigde met sensei Shibata die een bo en een sai kata liet zien. Toptraining. Lekker gevoel aan over gehouden.

Na het lunchen moesten we een flink eindje met metro, bus en te voet om bij de gevreesde dojo aan te komen. Hier keken we allemaal naar uit, maar waren we toch ook lichtjes gespannen over. Deze groep veteranen is dus nog zeer actief in wedstrijden.

Eenmaal binnen na omkleden komen we in een prachtige dojo met een hele fijne houten vloer. Allerlei karateka, ook een paar vrouwen stromen binnen. We geven hier en daar een hand en praten wat met deze vriendelijke karateka. Dan komt er een heel opvallend figuur binnen die meteen de aandacht vraagt door zijn verschijning en uitstraling. Een beetje een karikatuur: harde Japanse look, streng, haar in staart naar achteren, band om zijn voorhoofd, zware stem. Het is Takakuwe sensei: regerend wereldkampioen kumite! Wat een portret. En ook Yokose sensei, meervoudig wereldkampioen kata. Deze man had de vriendelijkere uitstraling waar ik inmiddels aan gewend geraakt was.



De training begon weer met voorstellen. De warming up start en op een bepaald moment tijdens het rekken en strekken ramt deze Takakuwe met zijn handen op de vloer en roept naar onze kant toe iets waarvan ik alleen maar begrijp dat iets nog veel beter moet! De spanning was even te snijden, geweldig. Wat een kerel ;)

De training begon met een uur kumite oefeningen met partner. Ik start meteen tegen deze Takakuwe. Prima gevoel bij: hard maar met perfecte controle en erg vriendelijk en respectvol. Doordraai systeem.....ik kom alleen maar tegen vriendelijke karateka's te staan. Heerlijk getraind. Na een uurtje even een slokje water en nu het tweede deel met keuze: kata of kumite. Ik ben natuurlijk heel nieuwsgierig naar die Yokose sensei en kies voor kata. Geen spijt van. Goede training, prima tips en ook goedkeuring. Mijn kata niveau is goed merk ik steeds weer op uit hun reacties. Kumite is een ander verhaal. Dat blijft mijn werk punt. Ondertussen werp ik steelse blikken naar de kumite groep en ik neem daar mijn petje voor af hoor. Die gaan daar te keer! Het is een harde en dynamische training. De meeste van onze groep, ook de dames, doen daar aan mee. Wat een lef. Het is kicken voor ze. Een top trainingsavond, absoluut tevreden gevoel bij iedereen.

Na afloop met Henri en Ota mee de stad in. Afsluiting met eten en drinken, tja sommige dingen blijven en dat is maar goed ook. Afscheid genomen van Sensei Ota en zijn assistent Henri. Sensei Scott is blij en tevreden want dit was een belangrijke dag en we zijn gekeurd en goed bevonden. Voor hem is het maken en onderhouden van contacten uiteraard belangrijk.

Morgen een vrije dag.



zondag 25 oktober:

Vandaag word ik opgehaald door Shiho. Ze wordt vergezeld door haar vriendin Masako. Shiho is een vriendin van een hele goede vriendin van mij: Sandra. We gaan Tokyo in en ik zie vandaag prachtige tempels en beelden, we eten traditioneel en ik kijk mijn ogen uit. Eind van de middag neem ik afscheid van deze twee lieve hartelijke vrouwen. Onvergetelijk. Vanavond gaan we afsluiten in Tokyo. We worden door twee kennissen van Scott mee Tokyo in genomen en eten bij een heerlijk restaurant waar we vlees en groente in een soort bouillon gaar maken. Erg lekker en wederom gezellig. Na afloop gaan we het drukste gedeelte in. We lopen over een krankzinnig druk voetgangersoversteekplaats en duiken een Ierse pub in. Het wordt mij allemaal een beetje te veel: zoveel indrukken, drukte, licht en geluid. Maar vooral Torunn krijgt het zwaar. We gaan met een



gedeelte van de groep alvast met de metro terug naar het hotel. Tokyo is afgesloten. Morgen vliegen.



Maandag 26 oktober:

Vliegen naar Okinawa. Naha stad ligt zo'n 1500 km van Tokyo vandaan! Het is er warm en vochtig: ongeveer 28 graden.

Hier verblijven we in ons tot nu toe kleinste kamertje. Maar met mijn twee buddy's Alexander en Andy geen probleem. Snurken en zweetvoeten, maar verdraagzaamheid ten top.



We ontmoeten Steve, assistent van Sensei Senaha waar we dinsdag en woensdag gaan trainen. We hebben de tijd de stad te ontdekken, eten in de avond wat. Alles heel relaxed. Ik eindig met Angele onderin het hotel waar een Afrikaans barretje is. We drinken samen relaxed een whisky. Daar waren we wel aan toe; even rust en geen grote hoeveelheden bier.



Angele en ik

Dinsdag 27 oktober:

Ontbijt in het Italian Tomato cafe. Eieren en toast.

Dan in een taxi naar een heuveltop (Tomigusuku) waar Senaha sensei (9^e dan Okinawa goyu ryu master) ons vriendelijk ontvangt samen met assistent Steve. Steve is een gepensioneerd Amerikaan die hier heel relaxed zijn dagen slijt met een Japanse vrouw.

De training vindt plaats in Senaha's prive dojo (oudste dojo op Okinawa) en het is een voorrecht om van zo'n vriendelijke bescheiden man les te krijgen. Relaxed twee uur getraind. Kata's en uitleg. Interessante man. Veel kennis en ervaring. In de dojo bevinden zich self made trainingsmiddelen en veel foto's van afgelopen tig jaren. Fascinerend. Een lekker briesje waait door de dojo.

Na het trainen zijn we gaan lunchen voor de deur van een supermarkt. De schappen liggen vol met (absoluut verse) kant en klaar maaltijden, heerlijk! In het zonnetje even bijtanken.



In de middag zijn we naar het Shuri Castle geweest. Een prachtig hersteld paleis complex.

Ogen uitgekeken en veel foto's gemaakt. De dag eindigen we uiteraard in een (Teppanyaki) restaurant met een heel kunstige kok die ter plekke van alles klaar maakt. Heerlijk gegeten (wederom) en na wat biertjes plat. Slapen. Morgen laatste training.



Woensdag 28 oktober:

Laatste training met Senaha sensei. Kumite en kata Goju ryu stijl. Na twee uur eindigen we met de uitnodiging van Senaha om wat te komen drinken. Hij schept uit een grote stenen kruik hele oude sterkedrank in limonade bekers (44 %). Wat een verrassing. Dit was een super afsluiting zo. Met sterkedrank beetje rondkijkend in de dojo van deze o zo sympathieke man. De foto's spreken voor zich.



Scott, Richard, Simon, Steve, Alex, Andy, Otto, Alan, Torunn, Karin, Senaha, Angele, Annette.



Scott, Simon en ik.



Senaha schenkt de sterkedrank in.



Makiwara en gewichten



The girls: Karin, Angele en Annette



Trainen met Andy



Vervolg van woensdag 28 oktober:

Na de training zijn we een taxi ingestapt en naar de Sunset Beach gereden. Daar hebben we fish and chips op. Een heerlijke middag van zonnen en zwemmen in een warme zee. Biertje erbij: compleet relaxen. Iedereen was duidelijk moe van deze intense ervaringen. Op deze manier afsluiten was een goede zet van Scott.

In de avond zijn we naar de Dojo bar gegaan. Daar pizza en bier (nee, echt?) Een paar rondjes best and worse gedaan. Duidelijk was: iedereen was heel erg tevreden en dankbaar deze trip te hebben mogen mee maken.

Een mooie afsluiter onderin de Afrikaanse hotelbar: Simon (die professioneel stand-up comedian is) geeft een show weg. Onvergetelijk, way to go Simon!

Donderdag 29 oktober:

Op het vliegveld van Naha staan we veel te lang te taxiën. Er blijkt een zieke passagier van het vliegtuig gehaald te moeten worden. Het duurt twee uur, we missen onze aansluiting. We worden na landen in Tokyo netjes en beleefd opgevangen. Het reisgezelschap wordt helaas uit elkaar getrokken. De terugweg wordt er een van doorzitten: Naha, Tokyo, Osaka, Istanbul, Amsterdam. Bij elkaar 24



uur reizen. Op het vliegveld staan Wendy en Celine me op te wachten. Vrijdag 29 oktober 11 uur is het inmiddels. Op naar huis. Wat een pracht reis met pracht ervaringen en een hoofd vol mooie herinneringen. Ik dank het hele reisgezelschap vanuit mijn hart voor het vlekkeloos verlopen van deze dagen intensief samen zijn, ik heb genoten van alles en zeker ook van jullie.

Scott sensei bedankt voor het mogelijk maken van deze reis

Arigatou Gozaimashita

Otto Bakker

