

In zijn carrière als topjudoka kruiste het pad van Sensei Kanamaru 3 maal dat van een Belg: Koen Sleenckx (winst in 2004) en Dirk Van Tichelt (winst in 2007 en verlies in 2008). De huidige nationale coach herinnert zich nog levendig beide Belgen met de sterke Ne-Waza van Koen en zijn verlies tegen Dirk in zijn allerlaatste internationale wedstrijd te Peking op de Olympische Spelen.



Sensei Kanamaru Yusuke samen met voormalig tegenstander Koen Sleenckx, Uke Eji Kikuchi, Technisch Directeur Raymond De Clercq en Ronny Pauwels op de VJF Bijscholing voor Leraars van 3 juni 2017

Technisch-tactische analyse

Kanamaru Yusuke benadrukte het belang van een ruime basis aan technieken en het verder uitdiepen van de eigen favoriete worpen. Dit is nodig om in randori te kunnen schakelen rond de eigen Toki Waza met verwante en complementaire technieken. Meester Kanamaru vergeleek dit principe met een boom met stevige wortels (de basis), de stevige stam (Toki Waza) en de verschillende takken (complementaire technieken).



Deel 1 Nage Waza

1 Didactische oefeningen

A. Tori huppelt ter plaatse en wisselt van shizenhontai naar jigotai-houding



B. Tori huppelt ter plaatse en komt uit shizenhontai-houding naar positie in steun op één been (stabiliteit)



2 Primaire aanvalstechniek: Seoi Nage

In 3 stappen met nadruk op 3^{de} stap, het bijzetten van rechter voet voor extra rotatie van de heupen.

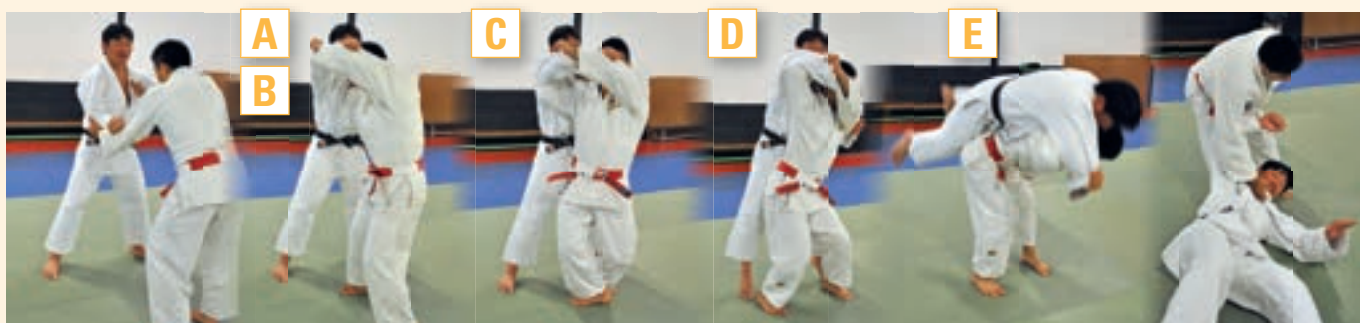
A. Tori brengt Uke voorwaarts uit evenwicht en stapt in met de rechtervoet centraal voor voeten Uke.

B. Tori maakt contact met de rechterarm onder de rechterbovenarm van Uke.

C. Tori brengt de linkervoet bij.

D. Tori zet rechervoet met een korte verplaatsing bij voor de rechtervoet van Uke en veroorzaakt op die manier een beter contact met de heup en rug tegen Uke.

E. Tori werpt Uke in een voorwaarts liftende en roterende beweging



Kanamaru Yusuke (JPN)

*14/9/1979

Topjudoka 1997-2008

- -73kg
- Tsukuba University Team

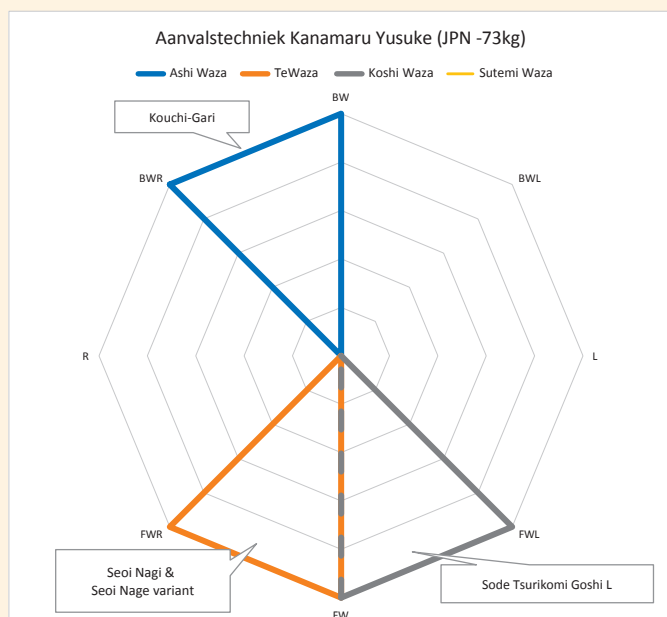
Hoogtepunten:

- Olympische Spelen Peking 2008: 7^{de}
- WK Rio 2007: brons
- Super A Parijs 2007: goud
- Kano Cup 2003: goud
- WK Munchen 2001: zilver
- 4-voudig Japans kampioen



Coach Nationale team Japan -73 en -81

- Olympische Spelen Rio 2016:
 - Shohei Ono: goud -73
 - Takanori Nagase: brons -81



3 Aanvalstactiek bij sterke linkse tegenstander: Seoi Nage variant Kanamaru met elleboog boven opperarm Uke

- Uke heeft linkse kumi kata; Tori rechts en ze staan in hoek ten opzichte van elkaar.
- Tori brengt Uke voorwaarts uit evenwicht en stapt zijwaarts in met de rechervoet centraal voor voeten Uke.
- Tori maakt gelijktijdig contact met de rechteroksel over de rechterbovenarm van Uke zonder de kraag te lossen.

- Tori brengt de linkervoet bij.
- Tori zet rechervoet met een korte verplaatsing bij voor de rechtervoet van Uke en veroorzaakt op die manier een beter contact met de heup en rug tegen Uke.
- Tori werpt Uke in een voorwaarts liftende en roterende beweging



Technische kaart

4 Aanvalstactiek bij sterke rechtse tegenstander: Linkse Sode Tsurikomi Goshi met elleboog in oksel Uke

- A. Bij tegenstander met sterke rechtse houding gaat Tori over naar Sode Tsurukomi Goshi
- B. Tori verbreekt de rechtse pakking van Uke en duwt diens arm over de eigen linker schouder en maakt hierbij contact met de linker elleboog in de oksel van Uke (zie detail).
- C. Gelijktijdig pivoteert Tori op zijn rechter voet en plaats de linker voet voor de linkervoet van Uke
- D. Tori werpt Uke in een voorwaarts liftende en roterende beweging



5 Aanvalstactiek als de tegenstander verdedigend reageert voor Seoi Nage: Kouchi gari met kruispas

- A. Tori zet aanval voor Seoi Nage in en plaatst hierbij de rechtervoet centraal voor de voeten van Uke.
- B. Uke blokkeert achterwaarts op de aanzet tot Seoi Nage van Tori
- C. Tori kruist de linkervoet achter de rechter om de afstand te verkleinen en verplaatst het evenwicht naar achteren door contact te maken met de rechteronderarm, van elleboog tot vuist, op het borstbeen van Uke. De vuist is hierbij ingedraaid in supinatie.
- D. Tori maakt veegbeweging met rechtervoet achter de rechtervoet van Uke en duwt voorwaarts met de vuist aan de kraag.



Sode Tsurikomi Goshi door Yusuke Kanamaru op het WK Osaka 2003 (-73) tegen Egamnazar Akbarov (UZB)

Tori: Kanamaru Yusuke (6^{de} Dan)
Uke: Eiji Kikuchi (4^{de} Dan)

Bart Geelen, Sporttechnisch coördinator
Raymond De Clercq, Technisch Directeur