



Dit congres is een gezamenlijk initiatief van de NOC\*NSF lidorganisaties **Federatie Oosterse Gevechtkunsten (FOG)** en **Aikido Nederland (AN)** in het kader van **Leven Lang Sporten**.

## CONGRES

# HET GEBRUIK VAN CHI/KI IN DE SPORT

12 NOVEMBER 2010



**PAPENDAL**   
HOTEL EN CONGRESCESTRUM

Papendallaan 3  
6816 VD Arnhem  
Tel. 026-4837911  
Fax. 026-4821853

## Het gebruik van ki / chi in de Sport

In de oosterse *martial arts* is Chi (Chinees) of Ki (Japans) een gangbaar trainingsconcept. Buiten deze wereld is dit energetisch trainingsprincipe echter vrijwel onbekend. Dit is een gemiste kans, omdat 'chi / ki' voor alle sporten een innovatieve en toegevoegde waarde kan hebben.

Dit congres wil de principes van chi/ki helder en praktisch voor het voetlicht brengen, juist ook voor een publiek van coaches en trainers buiten de oosterse gevechtkunsten. Dit met een viertal introducties van experts uit het werkveld die al jaren met deze trainingsprincipes werken en die in staat zijn (gebleken) chi of ki als ervaarbare realiteit te vertalen voor een publiek buiten het specialisme van de de martial arts.

In vier gesproken inleidingen en drie praktische workshops maakt u kennis met Ki en Chi als kenbare en ervaarbare realiteit en wordt u uitgenodigd deze beginselen te vertalen naar de trainingswerkelijkheid van uw eigen discipline.

## Registratie & Deelname

Het congres staat open voor maximaal 100 deelnemers. Inschrijving geschiedt in volgorde van datum van opgave. U kunt zich opgeven met een email naar:

[gerrit.dielissen@gmail.com](mailto:gerrit.dielissen@gmail.com)

De kosten voor deelname bedragen 50 euro. Dit bedrag kan worden voldaan door overboeking naar bankrekeningnummer: 5333484 t.n.v. Aikido Nederland onder vermelding 'vermelding van 'congres 12 november 2010'

## Programma

12.30 – 13.00: Ontvangst met koffie en thee  
13.00 - 14.45: Opening en inleidingen

Jan Bloem	Een andere aansturing van motoriek
Wilko Vriesman	VO2 max + ki
Satomi Ishikawa	Ki in everyday Life
Reinoud Eleveld	Tao Training en Golf

14.45 – 15.00 Pauze

15.00 – 15.45 Workshops – ronde 1  
Wilko Vriesman, Ki: een ervaarbare realiteit  
Reinoud Eleveld, Tao en Golf  
Fei Yuliang, Sterker worden met Qigong

16.00 – 16.45 Workshops - ronde 2  
Wilko Vriesman, Ki: een ervaarbare realiteit  
Reinoud Eleveld, Tao en Golf  
Fei Yuliang, Sterker worden met Qigong

17.00 – 18.00: Afsluiting en borrel



**Wilko Vriesman** is bewegingswetenschapper, 5e dan aikikai, voorzitter van de technische raad *Aikido Nederland* (AN), technisch directeur Dutch Aikikai Foundation (DAF), Sloveense Aikikai en Dubai Aikikai. Zijn aikido vorming onderging hij in Japan bij Seigo Yamaguchi Shinan (Honbu Dojo, Tokyo) en via zijn jarenlange training bij Christian Tissier Shihan te Parijs. Hij werkt als fulltime professional leraar aikido.



**Satomi Ishikawa** studeerde Chinese Taal en Vergelijkende Culturele Studies aan de Ochanomizu Universiteit in Tokyo. Hierna studeerde ze culturele antropologie te Cambridge en in London. Haar proefschrift over de wijze waarop Japanners zichzelf zien schreef ze aan de Universiteit van Keulen. Deze studie verscheen in 2007 onder de titel: *Seeking the Self: Individualism and Popular Culture in Japan*. Momenteel woont en werkt Satomi Ishikawa in Amsterdam – alwaar ze via het doceren van Aikido probeert bij te dragen aan het wederzijds begrip tussen Japan en Nederland.



**Reinoud Eleveld** is in Nederland de grondlegger van Healing Tao onderwijs. Tot zijn leraren behoren ondermeer Mantak Chia en Juan Li. Van 2000 tot 2007 gaf hij fulltime Tao trainingen door heel Nederland en leidde hij veel leraren op. Sindsdien geniet hij van de ruimte om zijn eigen training in de ‘2e inwijding’ vorm te geven. Hij is zeer geïnteresseerd in en enthousiast over de vertaling van Taoïstische technieken en inzichten naar reguliere sportbeoefening. Zo werkt hij momenteel succesvol samen met tenniscoach Felix Kaplan en de golf professional Peter Ackerley in verschillende samensmeltingen van sport, krijgskunst en meditatie. Zeer aanbevelingswaardig in relatie tot het laatste is zijn serie clinics onder de naam ‘The Iron Shirt of Golf’ – leren golfen vanuit je innerlijke kracht.



**Fei Yuliang** is grootmeester wushu en chiqong. Hij was jarenlang de meest succesvolle coach wushu / taolu (vormen) van Nederland. Hij komt uit een familie met een lange geschiedenis in wushu en Chinese gezondheidsleer. Op uitnodiging kwam hij midden jaren tachtig naar Nederland, waar hij sindsdien veel mensen heeft laten kennismaken

met de Chinese krijgs- en bewegingskunsten. Maar ook in de culturele uitwisselingen die hij realiseerde – waaronder een zeer succesvolle Chinese-Europese fusion tour met Chris Hinze en het herhaaldelijk naar Nederland halen van gezelschappen voor Chinese Opera – is hij een echte ambassadeur van de Chinese cultuur in Nederland.



**Jan Bloem** geldt zowel nationaal als international als expert op het gebied van geweldsbeheersing, weerbaarheid, persoonlijke ontwikkeling en vechtsportonderwijs. Hij studeerde bewegingswetenschappen en bewegingspedagogiek aan de VU te Amsterdam. Een oude liefde van hem is massage en bewegingstherapie. Inmiddels heeft hij zich verschillende massagevormen en bewegingstherapeutische methoden eigengemaakt zoals tuina (Chinese massage) en Qiqong (Chinees ‘yoga’). Op het gebied van vechtsport en weerbaarheid heeft Jan vele diploma’s en licenties en is hij ondermeer verbonden als (gast)docent aan het Hanze Instituut voor Sportstudies (Groningen).



Het congres wordt  
voorgezeten door  
Gerit-Bartus Dielissen  
Secretaris FOG & AN