

# Makoto Jutsu Do

De Makoto Jutsu Do is een nieuwe Jujutsu-stijl, ontwikkeld vanuit de Hakko Ryu en Makoto Ryu. De stijl is aangepast aan onze hedendaagse levensstijl zonder echt de Japanse roots uit het oog te verliezen. In Japan was de weg van de krijger een manier van leven, een spirituele kunst. Met onze stijl willen we dezelfde weg inslaan, maar op een moderne wijze.

Onder leiding van onze Shihan Juul Verachttert, staat onze school voor een helder trainingsconcept en zeer goed ontwikkelde leerplannen. Iedereen die van goede wil is, wordt ingewijd in de geheimen van de Budo.

Het spreekt voor zich dat deze kunst niet van vandaag op morgen beheerst wordt. De weg van Makoto Jutsu Do kan dan ook al van jong af aan beginnen. Sensei Steven Wijnants maakt onze junioren met vaste, maar ook speelse hand wegwijs in de wereld van de Budo.

Onze school gaat verder dan het aanleren van zelfverdedigingstechnieken alleen. De ervaring leert dat onze leden vaak zelfverzekerder worden en toch met twee voeten op de grond blijven staan.

Makoto Jutsu Do is de weg van de eerlijke en oprechte technieken. Ben je benieuwd naar wat dit inhoudt, kom dan zeker eens langs voor een proefles!



## Trainingslocatie

Makoto Jutsu Do  
Sport Vlaanderen Herentals  
Vorselaarsebaan 60  
2200 Herentals

## Trainingstijden

**Ma:** 19:00 - 20:00 Makoto Katana Do (+16 jaar)  
20:00 - 21:30 Makoto Bu Do (+14 jaar)  
**Za:** 09:00 - 10:30 Makoto Bu Do (+14 jaar)  
10:30 - 11:45 Makoto Waka Mono (-14 jaar)

## Contact

[www.makotojutsudo.com](http://www.makotojutsudo.com)

**Contactpersoon:**  
Julius Verachttert  
[juul.verachttert@makotojutsudo.com](mailto:juul.verachttert@makotojutsudo.com)  
tel.: +32 (0)474 03 61 50

**Maatschappelijke zetel:**  
MJD vzw p/a Kapittelbossen 50 - 2200 Herentals  
ondernemingsnr.: 0897.225.650



aangesloten bij  
FROS sportfederatie

Heb je interesse? Neem contact op en geniet van

# 3 GRATIS PROEFLESSEN

Aanvraag mogelijk via de website

V.U. MJD vzw - Kapittelbossen 50 - 2200 Herentals

# Makoto Jutsu Do



Ju Jutsu en Katana training  
voor jong en oud



# Makoto Bu Do

De Makoto Bu Do stijl is een Japanse zelfverdedigingskunst waarmee een aanvaller in een paar seconden kan gecontroleerd of uitgeschakeld worden. Je leert niet alleen jezelf verdedigen tegen verschillende aanvallen, maar ook allerlei tegenaanvallen uitvoeren zoals stoot- en stamptechnieken, klemmen, drukpunten en wurgingen.



## Juul Verachtert

Toen Juul in 1991 bij onze club met Ju Jutsu begon, kon hij niet voorspellen dat hij ondertussen al 10 jaar trainer en 5 jaar Shihan zou zijn. Het beoefenen van Ju Jutsu blijft nog steeds zijn passie. Het is immers zijn droom om van elke leerling een echte Jujutsuka te maken.



# Makoto Katana Do

Makoto Katana Do of “de weg van het zwaard” omvat de zwaardtechnieken van de oude Samoerai. Het is de basis, de bron als het ware, van alle Jujutsu-stijlen. Het mooie aan deze discipline is dat deze door iedereen, jong of oud, al dan niet Jujutsuka, kan beoefend worden. Deze stijlgroep staat dan ook open voor al wie interesse heeft en ouder is dan 16 jaar.



## Luc Claes

Wij geven op regelmatige basis cursussen aan verschillende doelgroepen: senioren, vrouwen, scholen, sportkampen, bedrijven, enz... Aangezien het om een beperkt aantal lessen gaat, ligt de aandacht op het zelfverdedigingsaspect en niet op de Ju Jutsu als stijl.



# Makoto Waka Mono

Voor de jongsten onder ons (7-14 jaar) heeft onze club een speciaal programma voorzien, aangepast aan de capaciteiten en leefwereld van onze Waka Mono's (jonge mensen). Het leer- en experimenteeraspect is hierin veel belangrijker dan het behalen van resultaten.



## Steven Wijnants & Veerle Verachtert

In 1996 startte hij als 12-jarig jongetje met Ju Jutsu in onze club. Na bijna 20 jaar doorgedreven training behaalde hij zijn zwarte gordel (Shodan) in de Makoto Ryu. Sindsdien houdt hij onze jeugd in het gareel en tovert hij hen om tot echte Jujutsuka's.

