

## **Interview met Edgar en Audrey Kruyning (2004)**

Op een zaterdagmorgen word ik hartelijk ontvangen door Edgar en Audrey Kruyning. Een 'budo echtpaar' met een zeer indrukwekkende staat van dienst. Aanleiding van dit gesprek is de uitgave van deel II van Dynamic Budo, de opening van een extra dojo by Physical in Ede en wie is de vrouw achter Edgar Kruyning....

### ***Edgar, het is nu een paarweken geleden dat het 2e deel van Dynamic Budo is verschenen, hoe zijn de eerste reacties?***

De eerste reacties zijn positief, gelukkig! Op zaterdag 17 april jl. was er een receptie bij Physical, er was meer dan 100 man aanwezig. Ook op de receptie van zondag 18 april jl. was meer dan 100 man aanwezig, waaronder leraren, eigenaren van sportscholen enz.. Het boek is positief ontvangen, de meeste reacties krijg je natuurlijk ter plekke, je bladert het boek even door en mensen geven hun eerste reactie. Ik denk dat de meesten het nu kritisch aan het doorlezen zijn.

### ***Kan je vertellen hoe je tot het besluit bent gekomen om te gaan schrijven?***

Ik heb eerder een boek geschreven in 1994. Wie schrijft die blijft. Je bent met veel dingen bezig, en op een gegeven moment wil je iets neerzetten en vasthouden, iets waar je op kan terugvallen. Voor mij is het niet een vast gegeven al die Budo dingen, het is een ontwikkelingsproces. Gedurende die ontwikkeling is het mooi om bepaalde dingen vast te zetten voor jezelf waarop je kan terug kan vallen. Ik hoop dat als ik weer doorgroei dat ik weer nieuwe inspiratie krijg en nieuwe dingen kan neerzetten. Het is een soort tussenstation in je leven en dat kan je in de vorm van een boek vastleggen.

In de boeken schrijf ik een stukje geschiedenis over hoe het Budo ontstaan is, het is een verzamelnaam voor de moderne japanse krijgskunst; Judo, Aikido, Yoseikan, Ju Jitsu. De oorsprong ligt in het tijdperk van de samoerai. De transfer van samoerai naar het huidige budo die beschrijf ik in dit boek, de spirit/visie die daarmee gekoppeld gaat, daar ga ik in deel II mee verder. In die fase is belangrijk dat al die mensen die de stijlen hebben ontwikkeld uit die tradities, dat het allemaal creatieve geesten zijn geweest. Vanuit hun opgedane kennis worden nieuwe stijlen ontwikkeld. Zo is o.a. het Judo en het Aikido ontstaan. Dat is heel belangrijk, door de geschiedenis kan je het heden weten en vanuit het heden kan je weer kijken hoe je jezelf klaar stoomt voor de toekomst. Een heleboel mensen hebben geen weet waar het vandaan komt. Het is niet zo dat je geschiedenis aanhanger moet worden, maar het is wel heel belangrijk om er know-how/kennis van te hebben. En zeker de visie waarop de japanse krijgskunsten gestoeld zijn.

### ***Had je het nog niet druk genoeg met lesgeven?***

Budo Academy Physical groeit enorm. We hebben een pand erbij gekocht waardoor we nu een grote dojo erbij hebben. Het is een van de grotere van Nederland. Ik denk dat we op het gebied van de vechtsporten een van de grotere zijn van Nederland, niet alleen qua uitgebreidheid, zoals Judo, Aikido, Kickboksen, Free fight, we hebben heel veel, maar we proberen per discipline ook op het allerhoogste niveau actief te zijn.

We draaien mee met de MMA wedstrijden, nationaal en internationaal. Dus daarmee zijn we heel druk. We werken nu met 15 docenten, waarvan 2 full time

en veel mensen part time erom heen. Daardoor heb ik me met een aantal uren een beetje terug kunnen trekken, de juiste prioriteiten kunnen stellen. In de weekenden ben ik veel weg met wedstrijden, verder ben ik natuurlijk ook huisman en nu de kinderen wat groter zijn heb ik meer tijd om achter de computer te kruipen. Het eerste boek heb ik in eigen beheer gedaan, toen was ik weer van plan om het in eigen beheer te doen in twee talen, zodat je een groter publiek kan bereiken. Maar een boek uitbrengen is best duur. Toen kwam ik in contact met Elmar, Elmar is eigenlijk de grootste uitgever op vechtsport gebied, die zag er wel wat in zitten. Er is toen een contract opgesteld voor deel I en deel II en hier liggen ze...Het voordeel voor mij is dat er financieel geen risico aan verbonden zit en het voordeel is ook dat het overal in de boekhandels ligt. Zo worden de disciplines als het Yoseikan en Budo goed verspreid, MMA komt in de boeken terug, Aikido komt er in terug. Het leuke daarvan is dat in het Yoseikan [de stijl die Edgar vertegenwoordigt] alle disciplines terugkomen, het is een versmelting van alle budo disciplines.

***Komt er een deel III, of een deel I voor een andere reeks/onderwerp?***

Dynamic Budo is nu klaar er komt dus geen deel III. Waar ik nu mee bezig ben is weer een Yoseikan boek, die wordt uitgegeven door de uitgever van Ringsports en Budosports [vechtsport magazines]. Het wordt een allround budo boek, waarin ook de MMA (Mixed Martial Arts) aangetipt wordt. Dat boek zal meteen in twee talen uitgebracht worden, in het nederlands en in het engels, dus dat gaat dan de hele wereld over.

***Kan je iets over Japan vertellen, hoe vaak ben je daar geweest, wat heb je daar gedaan?***

Ik ben daar nu een keer of acht geweest, en daar ging ik dan steeds voor 3 maanden heen, daar heb ik in de Yoseikan school gezeten, verschillende Judo scholen en een zwaardvechtschool. De basis was de Yoseikan school en zwaardvechtschool, van daar uit ging ik naar Kodokan, de grootste Judo dojo van de wereld, het ziet eruit als een flatgebouw met 8 verdiepingen, dat is de basis waar het Judo vandaan komt en daar ging ik elke dag trainen. 's Middags ging ik naar de school van de gevangenis en trainde ik met de bewakers. 's Avonds ging ik weer naar de Yoseikan school om daar te trainen. Audrey is drie keer meegeweest.

***Wie is voor jou de grootste leermeester?***

Edgar lacht.... tsja, het is eigenlijk niet eerlijk om er een te noemen Minoru Mochizuki; 10e dan, grondlegger van de Yoseikan school. Hij is een directe leerling geweest van de grondlegger van het Judo, Aikido, Karate. Zijn maatje Soekido sensei, hij is de grootmeester van Katori shinto ryu [zwaardvechtschool]. Bij beide heb ik op school gezeten. Yoseikan betekent de plaats waar je voor jezelf kan ontdekken wat goed voor je is. Het is een hele individualistische kijk op het gebeuren, terwijl in de traditionele Martial Arts alles 'en masse' werd gedaan. Een robot-achtige stijl waarbij mensen als het ware in vormpjes werden geramd. Terwijl hij kijkt naar het individu en hoe pas ik de stijl aan op het individu. Een andere point of view, waardoor het ook moeilijker is om massa productie te krijgen. De relatie tussen leraar en leerling is daarom heel belangrijk, omdat alles heel direct gaat. Als ik er dan toch maar een mag noemen dan is dat mijn oude meester waarbij ik in Japan heb getraind. Daar heb ik mijn boek ook aan opgedragen, Minoru Mochizuki.

### ***Hoe trots ben jij op je vrouw?***

Heel trots! Ik denk dat wij heel trots zijn op elkaar en dat we elkaar heel goed aanvoelen en aanvullen en dat is natuurlijk heel belangrijk. Ik hoorde laatst een hele mooie vergelijking een rad moet in elkaar vallen om goed te kunnen draaien. Je moet weten waar je tekortkomingen zijn, daar waar ik tekortkomingen heb, vult zij mij perfect aan en andersom denk ik ook. En natuurlijk ben ik ook trots op de manier waarop ze mij ondersteunt, hoe ze zelf Budo beoefent. Dat zijn twee verschillende facetten. Daarnaast is ze natuurlijk ook mijn vrouw en moeder van mijn kinderen. Ook ben ik trots op haar wedstrijd prestaties. Maar trots zijn mag niet gekoppeld zijn aan hoe succesvol je bent, want als ze geen wedstrijden zou doen ben ik nog net zo trots op haar.

### ***Audrey, je bent de vrouw achter Edgar en wat voor een! Kan je vertellen hoe lang je al meedraait in de Budo wereld en wat je tot nu toe allemaal heb bereikt?***

Ik ben als meisje van 8 jaar begonnen met Judo. Ik deed eerst gym/turnen, maar dat vond de juffrouw te gevaarlijk want ik vond het heel leuk om uit de touwen op een mat te vallen en over een balk rende ik in plaats van lopen, dat moest natuurlijk sierlijk, maar dat was niet voor mij weggelegd. Toen hebben mijn ouders me op Judo gedaan, en vanaf het eerste moment dat ik mijn voet op de mat had gezet ben ik verslaafd geraakt en er nooit meer vanaf gekomen. Ik denk ook niet dat er vanaf kom want het is mijn lust en mijn leven. Toen werd ik heel fanatiek, veel gaan trainen, ben NK geworden maar raakte helaas geblesseerd aan mijn rug [hernia].

Ik zou net voor het EK gaan maar kon dus niet mee. Ik heb twee jaar gerevalideerd, en omdat ik nog zo jong was wilden ze me niet opereren aan mijn rug, achteraf ook gelukkig maar. Met gips is het redelijk goed gekomen. De artsen hadden gezegd dat ik nooit meer mocht Judo-en, want dat was niet goed voor me. Maar ja, het bloed kruipt waar het niet gaan kan en toen ben ik toch weer bij sportschool Physical terecht gekomen, daar gaf Edgar dus les. Daar liepen niet echt leerlingen van mijn gewicht. Ik ging trainen met vier grote mannen en het viel me heel erg mee, ik was niet gewend dat ze zo goed meegaven, ik was het lompe werk gewend dus eigenlijk ging dat heel goed. Ze hielden rekening met je en dat was dus heel positief, dus toen durfde ik het ook met mijn rug weer aan. Zo leerde ik ook Edgar kennen.

### ***En toen sloeg de vonk over in de dojo?!***

Ja! Edgar gaf aan dat ik ook Yoseikan moest gaan doen, dat zou mijn Budo beleving completer maken. Dus toen ben ik ook gaan zwaardvechten. Toen kwamen de kinderen, die werden wat groter toen gingen we mee doen met de wedstrijden. Toen heb ik mijn Judo carrière af moeten sluiten. Maar ik zag mensen rondlopen waarvan ik dacht dat ik daarvan kon winnen. Alleen ik had nog nooit in de ring gestaan, maar ben toen toch de ring ingestapt.

### ***Waar draai je je wedstrijden voornamelijk?***

Ik heb in Nederland gedraaid maar ook in Japan, tegen Ikuma Bushino een Shoot wedstrijd, beste van de wereld, ze is in Amerika ook heel bekend. De uitslag was onbeslist en dat was op zich best goed want in Japan met 3 japanse scheidsrechters en een japanse tegenstander kan je eigenlijk alleen maar verliezen. Als ik erop terugkijk heb ik zoiets van dat ik eigenlijk heb gewonnen. Maar ik was niet ontevreden. Ik zou dit jaar naar Engeland gaan, maar kreeg

griep. Momenteel zijn we bezig met het grootste vrouwen evenement in Amerika 'Hook and Shoot', daar hoop ik nog dit jaar in Oktober heen te gaan. [Shoot fight is net als free fight een variant op een wedstrijd systeem en valt onder Mixed Martial Arts]

***Naast dit alles ben je ook moeder van jullie twee kinderen met prachtige japanse namen [Yoriko en Midori], hoe combineer je het moeder zijn met werken/sporten?***

Ik kan gewoon meerdere dingen tegelijk en vind het moeilijk om stil te zitten. Ik werk part time bij een bank, dat doe ik 's ochtends van 8 tot 12, daar ben ik risico process controller, dat is heel wat anders, maar dat vind ik ook lekker om even uit het Budo wereldje te stappen want prive en werk van Edgar is natuurlijk moeilijk te scheiden en dat hoeft ook niet. Maar daar kan ik gewoon even een andere wereld in stappen. En het verdient ook goed, dus ik wil het zo lang het kan combineren. Daarnaast geef ik ook judo les aan kinderen bij Physical, puur omdat ik het leuk vind.

***Maak je wel eens sushi of sake voor Edgar?***

Jazeker! Edgar bevestigt dat Audrey heel goed sushi kan maken. Het is wel een keer voorgekomen dat tijdens een etentje met een van de japanse leraren in een sushi bar de meest ondefinieerbare stukken sushi langs zijn gekomen waarbij Audrey het een beetje benauwd van kreeg, maar nu is ze toch wel verslaafd geworden. Ze kan heel goed sushi maken.

***Je was genomineerd voor sportvrouw van het jaar 2003 gemeente Veenendaal, was je al eerder genomineerd?***

Ja, het jaar daarvoor ook. De titel heb ik twee keer niet gekregen. Cindy: zowiezo met je geleverde prestaties en twee kinderen vind ik je sportvrouw van het jaar . Dus of je die titel nou wel of niet krijgt, voor mij ben je gewoon sportvrouw van het jaar. Audrey: nou, weet je, het feit dat je genomineerd bent vind ik al leuk, omdat je dan toch wordt erkend. Deze sporten liggen altijd een beetje in een minder populaire hoek. Alhoewel ik vind dat het de laatste tijd door de aandacht die het krijgt d.m.v. K1, dat het een beetje positiever eruit komt, dus daar ben ik wel blij om. Want ja, ringsports hoeft helemaal niet agressief te zijn. Als je kijkt naar een gemiddelde voetbalwedstrijd, dan gebeurt daar veel meer dan tijdens een ringwedstrijd. Dus dat vind ik gewoon heel jammer. En ja, de verenigingen die stemmen. Dat zijn atletiekverenigingen, tennisverenigingen, en die weten helemaal niet hoe het in elkaar steekt. Die hebben geen inzage in de resultaten. Je krijgt een stembiljet voor je neus, met daarop een naam en daarop staat niet vermeldt welke prestaties er zijn geleverd. Na het stemmen weet je pas wat iemand gepresteerd heeft. Dus men weet helemaal niet op wie men stemt. Nu ik weet hoe het in elkaar steekt is het logisch dat een atletiekvereniging wint , want er zijn gemiddeld meer atletiekverenigingen in Veenendaal dan vechtsporten.

***Is er nog iets wat je nog niet bereikt hebt en wat je nog graag wil behalen in de toekomst, een titel, een dan?***

Ik zou nog een paar wedstrijden tegen een paar goeie dames willen draaien. Het is lastig om wedstrijden te regelen. De meeste wedstrijden zijn voor de zwaargewichten, terwijl ze technisch per definitie niet altijd de beste zijn. De grote namen worden vaak afgeschermd van potentiële kapers op de kust. Het is heel lastig om voor zo iemand te komen te staan. De grote namen worden hoog

aangeschreven in de bladen, maar je krijgt helemaal niet de kans om daar tegen te vechten. Het politieke verhaal eromheen is soms best lastig, belemmerend.

***Zijn er meerdere vrouwen van jouw kaliber in jouw gewichtsklasse in Nederland?***

Nee, In Nederland niet. Ze willen ook niet tegen mij vechten. Ik heb in Nederland op 1 avond drie wedstrijden gedraaid, die heb ik alle drie in de eerste ronde gewonnen. En sindsdien wil niemand tegen mij. Maar ze roepen wel allemaal "ik ben de beste". Terwijl ik zowijls heb van "ok, kom dan", en dan komen ze niet?! In mijn gewichtsklasse loopt nagenoeg niks rond qua tegenstander. Wij kennen ze niet, of ze zijn er nog niet. Internationaal loopt er wel wat rond, vooral in Amerika, maar het is heel moeilijk om een goede matchmaking voor elkaar te krijgen. De spoeling is erg dun. Dat is waar je steeds tegenaan loopt en dat is best frustrerend.

***Wie is voor jou de grootste leermeester?***

Edgar.

Wat hij doet en hoe hij budo beleeft. Het is natuurlijk subjectief, maar ik vind hem de beste en het meest allround op budo gebied. Ook het overbrengen, iemand kan heel goed zijn, maar dat wil nog niet zeggen dat die persoon goed kan lesgeven. Dat zijn twee hele verschillende facetten. Edgar zijn eigen kunnen is heel goed en hij kan dat ook nog eens op zijn leerlingen overbrengen, waardoor het niveau ook nog eens hoog ligt. Tegenwoordig geven we professionele demo's in het land. Er zijn vaak meerdere demo's van verschillende stijlen. Als wij dan komen dan is het echt de climax van de avond. Het ziet er gewoon heel goed uit. Technisch, explosief, no nonsens. Je hebt ook demonstraties waar er in de lucht wordt gesprongen, dat is dan eigenlijk meer een turnmat oefening. Heel knap hoor en heel acrobatisch, maar werkt het ook? Wij doen nooit dingen alleen, we zijn altijd met twee man of meerdere tegenstanders, dan laat je zien dat het ook werkt.

*Edgar:* Dat is ook de reden dat we meedoen met mixed wedstrijden, om toch de realiteit vast te houden. Vaak is het zo dat als mensen geen wedstrijden doen, dan kom je in een soort illusie wereld, waarin je denkt dat alles mogelijk is. Iemand die tennist, iemand die aan kickboxen doet moet vanuit zijn innerlijke kracht dat gevecht aangaan. Het is heel belangrijk om contact te houden met de realiteit, anders is het net pingpong zonder balletje - dat heeft mijn leraar wel eens gezegd-. Als je geen balletje hebt, kan je alle bewegingen maken die er zijn, en dan is alles goed eigenlijk. Maar op het moment dat dat balletje tussen twee mannen heen en weer gaat en hij slaat naar links, dan zal je toch echt naar links moeten lopen. En als ie naar rechts gaat, zal je toch echt naar rechts moeten lopen. Daarom is het goed om wedstrijden te doen, om het contact met de realiteit te behouden en daarnaast ook het zelfverdedigingselement. In mijn boek Dynamic Budo deel II hebben we een groot deel aan het zelfverdedigingsaspect gewijd om te laten zien hoe verschillende technieken en stijlen praktisch toepasbaar zijn. Vandaar ook de subtitel - een praktische benadering-.

-----

### **Over Edgar:**

Edgar Kruyning is geboren op 16 augustus 1969 en op 13 jarige leeftijd begonnen met karate. Hij is begonnen met trainen op een sportschool in Leusden, door te helpen in de sportschool mocht hij gratis Judo, Jiu Jitsu en Aikido lessen volgen. Na zijn dienstitijd is hij leraar geworden en zat hij in de selectie van Jong Oranje [Judo]. Met het kickboxen is Edgar ook niet onbekend, dit heeft hij ook nog gedaan op woensdag avond bij Mejiro Gym. Vervolgens is hij naar Thailand gegaan. Na Thailand is hij begonnen met het opzetten van Budo Academie Physical. Verdere ervaring heeft hij in Japan opgedaan door daar steeds voor 3 maanden naartoe te gaan en zichzelf te verbeteren. Edgar heeft goede contacten opgebouwd in Frankrijk, Japan en Thailand. Op dit moment is hij full-time vechtsportleraar en schrijft hij boeken. Edgar heeft de volgende dan graden en diploma's behaald:

### **Dan graden (in 2004):**

- 5e dan -Judo
- 5e dan Yoseikan - Budo
- 5e dan Yoseikan - Aikido
- 5e dan (Nihon) Ju jitsu
- 5e dan Iaido [kunst van het zwaard trekken]
- 4e dan Aikibudo
- 4e dan Kobudo [antieke japanse gewapende krijgskunsten met zwaard, stok, speer]
- 2e dan Karate

### **Leraar diploma's:**

- Judo leraar B (J.B.N)
- Aikido leraar B (J.B.N)
- Kyoshi leraar Yoseikan (y.w.f)
- Leraar Martial Arts (Imaf Nederland)
- Leraar Kickboksen (N.K.B.B)
- Fitness leraar A (Fitvak)
- Mokuroku chuden Katori shinto ryu (K.S.H)

### **Boeken:**

- Yoseikan - hoe kom ik tot controle
  - Handboek voor Jiu Jitsu, Aikibudo/Aikido en beoefenaars van andere disciplines
  - Dynamic Budo - de Yoseikan Spirit Deel I
  - Dynamic Budo - de Yoseikan spirit Deel II een praktische benadering
-

### **Over Audrey:**

Audrey Kruyning - Michel is geboren 17 maart 1974 en is begonnen met judo op 8 jarige leeftijd. Op 16 jarige leeftijd wordt ze Nederlands Kampioen Judo. Drie jaar later als ze 19 jaar is beoefent ze Yoseikan en zwaardvechten Sinds 2002 doet ze aan wedstrijden in Ringsports en MMA.

### **Dan Graden:**

- 3e dan Judo
- 3e dan Yoseikan
- 1e dan Kobudo

### **Prestaties:**

- NK grappling
- In 2002 wordt ze 3e bij de heren (-67kg) Braziliaans Ju Jitsu
- In 2003 wordt ze weer 3e bij de heren (-65kg) Grappling [Audrey weegt zelf -60 kg!]

### **Over Budo Academy Physical:**

Iedere avond en enkele ochtenden worden er budolessen verzorgd. Lessen zijn te volgen in de volgende budodisciplines;

Yoseikan, Judo, Aikido, Zwaardvechten, Kickboksen, Ju-jitsu, \_Grappling, Karate, Mixed fight/freight, zelfverdediging, Capoeira, voor alle leeftijden, van jong tot oud. Hoofdlocatie is Ede, maar er worden ook lessen gegeven in Veenendaal, Harskamp en Lunteren. Meer weten? Bel Physical: 0318-635144.

Met dank aan Kickbox.nl