



# Mejiro Gym

## FRIESLAND...

### THE GYM TO BECOME A GREAT FIGHTER

Is er een Mejiro Gym in Friesland? Jazeker. Sinds juni dit jaar is er in Leeuwarden aan de Zwemmerstraat 10 een Mejiro Gym Friesland. Daar traint en begeleidt Stefan Berkenpas (41) op deskundige wijze het vele Friese kickbokstalent!

Berkenpas heeft een veelzijdige vechtsportopvoeding genoten. Via judo en kyokushinkarate stapte hij midden jaren tachtig door toedoen van Siebren Landstra definitief over naar het kickboksen. Voor Landstra en Berkenpas was Mejiro Gym met wereldkampioenen als Rob Kaman, Fred Royers en Andre Mannaart toen al het grote voorbeeld.

Begin jaren negentig deed Berkenpas als kickboksleraar van Thai Boxing Heerenveen voor het eerst van zich spreken. Omdat hij zich als leraar verder wilde ontwikkelen volgde hij middenjaren negentig de opleiding voor kickboksleraar van de NKKB. Sensei Andre Mannaart was behalve één van zijn instructeurs ook de grote man achter Mejiro Gym in Amsterdam.

Onder leiding van Mannaart en niet te vergeten de vele trainingen met grote kampioenen als Rob Kaman, Bob Schreiber, Leo de Snoo en Freek Ezechiels maakte Berkenpas zich langzaam maar zeker de typische 'Mejiro Gym'-stijl eigen. Een ernstige schouderblessure, die hij bij het schaatsen had opgelopen, maakte een abrupt einde aan zijn eigen actieve vechtsportcarrière.

Naast zijn werk als commandant van het Bijzonder Ondersteunings Team van Justitie,

besloot Berkenpas de dojo van het CIOS in Heerenveen af te huren om als kickboksleraar de 'Mejiro Gym'-stijl verder uit te kunnen dragen. Dat lukte wonderwel en alle talenten mochten door naar Amsterdam om zich daar onder leiding van Mannaart verder door te ontwikkelen. In 2002 kwam kickboksster Louis Diederich uit Leeuwarden bij Berkenpas in Heerenveen trainen. Diederich maakte met het door Berkenpas aangereikte 'Mejiro Gym'-systeem zoveel vorderingen, dat zelfs Mannaart zijn bewondering niet onder stoelen of banken stak. Onder de vlag van Mejiro Gym Amsterdam bereikte Diederich later zelfs de finale in een sterk bezet Acht-Man-Toernooi in Engeland. Later werd hij trainingspartner van Remy Bonjasky.

Het was een droom van Berkenpas om ooit een Mejiro Gym in Friesland te mogen openen. Met de backup van Mannaart waren dan meteen alle faciliteiten en kennis in huis om de Friese talenten een kans te geven zich optimaal als kickboksster te kunnen ontwikkelen. Op het moment dat hij van zijn sensei 'eindelijk' toestemming had gekregen de naam Mejiro Gym te mogen voeren, liep hij tegen een geschikt pand in Leeuwarden aan.

Zonder verder ook maar een moment te hoeven

nadenken, zegde Berkenpas zijn baan als VIP-beveiliging bij een beveiligingsbedrijf in Amsterdam op om zijn droom te kunnen gaan waarmaken.

Op zaterdag 10 juni jongstleden openden Peter Aerts en Andre Mannaart zijn Mejiro Gym Friesland in Leeuwarden. Tijdens de officiële opening onthulde Berkenpas in zijn Friese dojo een schilderij van sensei Mannaart. Zo houdt de Amsterdamse meester dus altijd toezicht over de trainingen in het Hoge Noorden. Er wordt bij Mejiro Gym Friesland maandag, dinsdag, woensdag, vrijdag en zaterdag getraind.

Voor meer info over trainingen, gastlessen of openingstijden even bellen met 06-25633940 of surf naar [www.mejirogym-friesland.com](http://www.mejirogym-friesland.com).

