



# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

---



## Themen:

- German Open
- Bern Open
- Rigi Open
- Herbstsportwoche
- Dojo
- ZSJM
- Clubmeisterschaft
- Helfer-, TK- und Vorstandssessen
- Anfängerkurs
- J+S Coach gesucht
- Vorstandsmitglied gesucht
- GV 2011
- Turnierweekend 2011 (Jubiläum)
- Termine
- Verschiedenes

## Anhang:

- Anmeldung Clubmeisterschaft SHIAI 2011 Frühling



## German Open in Hanau (D)

Am Samstag, 2. Oktober 2010, hatten unsere beiden bekanntesten Jiukas ihren Einsatz am German Open in Hanau (Frankfurt am Main). Florian und Mathias Bachmann starteten in der Kategorie U21. Sie hatten nicht den perfekten Start und unterlagen dem späteren Siegerteam aus Slowenien im ersten Kampf. Danach liessen sie jedoch nichts mehr anbrennen, arbeiteten konsequent und konzentriert und siegten verdient gegen ein deutsches Team. Im kleinen Finale schlugen sie die Holländer und belegten somit den 3. Rang.

**Wir gratulieren euch zur Bronze-Medaille!**

## Bern Open

Am Samstag, 30. Oktober 2010 fand in Bern-Bolligen das Bern Open statt. Florian und Mathias Bachmann starteten in der Kategorie U 18 Herren / Damen und in der Kategorie Herren. Sie besiegten in der U 18 Kategorie alle Gegnerpaare und holten sich verdient die Goldmedaille. Bei den Herren mussten sie sich nur vom späteren Siegerpaar aus Udligenswil geschlagen geben und erreichten den 2. Rang. Herzliche Gratulation, weiter so.

## Rigi Open

18. SEPTEMBER 2010 UDLIGENSWIL

## 9. RIGI OPEN




1. RIGERT / SCHWERY  
 2. BACHMANN / BACHMANN  
 3. GAUGLER / SUTER

### Silbermedaille für Florian und Mathias!

Bereits zum 9. Mal führt der BSV Udligenswil das Rigi-Open durch. In diesem Jahr kann zum ersten Mal die Kategorie U18 nicht durchgeführt werden, weil sich im letzten Moment die Paare von Wädenswil abgemeldet haben.

Deshalb können Florian und Mathias nur in der Kategorie Elite starten. Ihre Begegnungen sind sehr spannend. Im ersten Kampf gegen Rigert/Schwery verlieren sie relativ knapp. Im zweiten

Kampf können sie sich aber steigern und gewinnen souverän gegen Gaugler/Suter. Mit dieser Leistung können sie im Final noch einmal zeigen, was sie drauf haben. Bevor jedoch die Finals aller Kategorien beginnen, zeigen Schüler des BSV Udligenswil eine Judo-Demo. Dann kommen die Finals der Kategorien U14, Damen/Mixed und Elite.

Im Final gegen Rigert/Schwery können Florian und Mathias die Serien A, B und D ausgeglichen gestalten. Die

Entscheidung fällt in der Kategorie C zugunsten von Rigert/Schwery. Sie sind in dieser Serie einfach eine Spur besser. Florian und Mathias haben alles versucht, leider hat es nicht ganz gereicht.

Herzliche Gratulation zur Silbermedaille!!



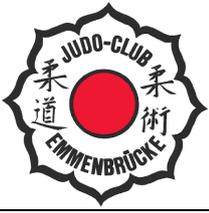
MATHIAS ZIEHT DURCH.



SPEKTAKULÄRE TECHNIK



VOLLER EINSATZ!!

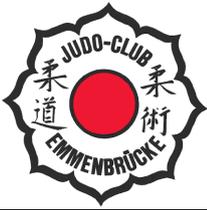


# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

## Herbstsportwoche

Die Herbstsportwoche ist kaum wegzudenken. Auch dieses Jahr fanden zwei Lektionen mit je zehn SchülerInnen statt. Das Echo war gut und wir konnten sechs SchülerInnen für den Anfängerkurs begeistern. Ein grosses Dankeschön geht an die Trainer (André Gasser, Pascal Gasser, Marcel Wallimann, Florian Bachmann, Mathias Bachmann, Antonio Foschini und Peter Baumgartner), die dies möglich gemacht haben.



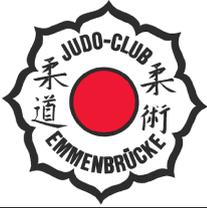


# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

## Dojo

Finde den Unterschied:





# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

## Prinzipien des Judo

Professor Kano legte dem Judo zwei Prinzipien zu Grunde, **sei ryoku sen yo**, das technische Prinzip und **ji ta kyo ei**, das moralische Prinzip.



### Sei ryoku zen yo - das technische Prinzip

Das technische Prinzip kann mit "bester Einsatz von Geist und Körper " oder "bester Einsatz der vorhandenen Kräfte" umschrieben werden. Es beschreibt, wie Judotechniken ausgeführt werden sollen. Nicht die Anwendung schierer Kraft bringt den Judoka zum Ziel, sondern die Anwendung der richtigen Techniken unter Ausnutzung der Kraft des Gegners. Kano charakterisiert den Begriff des Ju ("sanft, nachgeben, geschmeidig") mit dem technischen Prinzip. Sei ryoku zen yo verkörpert die Idee des Siegens durch Nachgeben, sowohl physisch wie auch psychisch.

Beim Training erkennt man Sei ryoku zen yo unter anderem an den folgenden Aspekten:

- Ausnutzen der Bewegung des Gegners und des eigenen Schwungs
- Das eigene Gewicht mehr einsetzen als die eigene Kraft
- Auch bei aggressiven Handlungen des Gegners kühlen Kopf bewahren
- Die eigenen Stärken gegen die Schwächen des Gegners nutzen



### Ji ta kyo ei - das moralische Prinzip

Das moralische Prinzip hebt Judo über den einfachen Kampfsport hinaus. Judo wird zum Erziehungssystem. Übersetzt bedeutet Ji ta kyo ei "gegenseitige Hilfe für wechselseitigen Fortschritt und beiderseitiges Wohlergehen". Kano stellt dabei die Grundeinstellung und geistige Haltung, mit der man Judo lernen und ausüben soll heraus. Im Judo ist der Partner nicht nur "Übungsobjekt". Vielmehr wird erwartet, dass man für seinen Partner Verantwortung entwickeln muss und für dessen Fortschritt in technischer und persönlicher Hinsicht man genauso arbeiten muss, wie für den eigenen. Judo zu erlernen bedeutet freiwillig mit dem Partner zu trainieren - ohne dies ist ein Judo-Studium nicht möglich. Ji ta kyo ei charakterisiert Do, den Weg, das Prinzip, den Grundsatz. Es bedeutet die Übertragung der Werte des Judo auf den eigenen Lebensweg.

Beim Training erkennt man Ji ta kyo ei unter anderem an den folgenden Aspekten:

- Alle Judoka trainieren miteinander und kein Partner wird zum Üben abgelehnt.
- Judoka nehmen Rücksicht auf Alter, Geschlecht und körperliche/technische Entwicklung des Partners.
- Tori übt die Kontrolle über die Fallübung von Uke aus.
- Tori beendet seine Techniken sofort, wenn Uke aufgibt (z.B. bei Würge- oder Hebeltechniken).
- Judoka sind bereit, für ihr Handeln und für die Gruppe Verantwortung zu übernehmen.



# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

## Zentralschweizer Judo Meisterschaft 2010

Am Sonntag, 24. Oktober 2010 fand in Horw die Zentralschweizer Einzelmeisterschaft statt. Der JC Emmenbrücke war mit mehreren Clubmitgliedern vertreten. Am Richtertisch arbeiteten Marlis Birrer, Marcel Wallimann, Alexandra Schmidiger und Cyrill Bürkli. Claudia Birrer half beim Wiegen und sechs Jungs kämpften aktiv an der Meisterschaft mit.

Wir gratulieren Lukas Bitzi, Pascal Dellagiacomma und Simon Räber zu ihrer Silbermedaille in ihrer Kategorie, sowie Tim Schwingruber und Jan Gasser zum 3. Rang. Ebenfalls gekämpft hat Pascal Gasser. Lisbeth Lötcher, André Gasser und Peter Baumgartner waren die Coachs.



### Herren U14, bis 45 kg

1	David Haag	JC Gütsch
2	Jovan Pajic	JJC Ebikon
3	<b>Jan Gasser</b>	<b>JC Emmenbrücke</b>
3	Yves Stauffer	JJC Ebikon
5	Kim Luterbacher	JJC Sursee
5	Janik Schnyder	BC Dojo Mahari Kriens

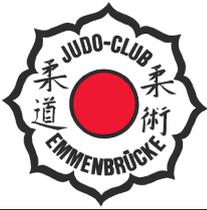
### Herren U14, plus 50 kg

1	Kuno Knapp	JJC Ebikon
2	<b>Lukas Bitzi</b>	<b>JC Emmenbrücke</b>
3	Haris Bosnic	JC Gütsch
3	Dominik Nyffenegger	JJC Ebikon



### Herren U17, bis 45 kg

1	Nikola Sobic	JS Fuji San Baar
2	David Haag	JC Gütsch
3	Joel Huber	JJC Ebikon
3	<b>Jan Gasser</b>	<b>JC Emmenbrücke</b>



# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

## Herren U17, bis 50 kg

1	Pascal Zihlmann	BC Dojo Mahari Kriens
2	<b>Simon Räber</b>	<b>JC Emmenbrücke</b>
3	Dario Renggli	JJC Sursee
3	Pascal Furrer	JJC Horw
5	Milos Radosavljevic	JJC Horw



## Herren U17, bis 60 kg

1	Gabriel Gehrig	JS Fuji San Baar
2	Andrea Thamkhanh	JJC Horw
3	Maik Wehrmann	JS Fuji San Baar
3	<b>Tim Schwingruber</b>	<b>JC Emmenbrücke</b>
5	Patrick Schuler	JJC Altdorf
5	Adrian Müller	JS Fuji San Baar
7	Basil Weiss	JJC Hochdorf
7	Taiyo Yamamoto	JJC Ebikon

## Herren U17, bis 66 kg

1	Sandro Brunner	JJC Sursee
2	Basil Menz	JJC Sursee
3	Joshua Hemmings	JC Gütsch
3	Haris Bosnic	JC Gütsch
5	Luzian Franzini	JS Fuji San Baar
5	Mirko Schnider	JJC Ebikon
7	<b>Pascal Gasser</b>	<b>JC Emmenbrücke</b>

## Herren U20, bis 66 kg

1	Michael Amrhein	JJC Horw
2	Tobias Juan	JJC Winterthur
3	Sandro Brunner	JJC Sursee
3	Yannick Wiget	JJC Sursee
5	Jonathan Hafner	JJC Sursee
5	Ludovic Müller	JS Fuji San Baar
7	Baseil Menz	JJC Sursee
7	<b>Pascal Gasser</b>	<b>JC Emmenbrücke</b>

## Herren U20, plus 90 kg

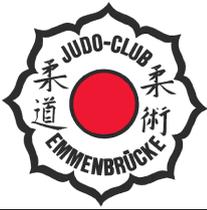
1	Sandro Zemp	JJC Sursee
2	<b>Pascal Dellagiacomà</b>	<b>JC Emmenbrücke</b>
3	Alexey Myachin	JC Kloten
3	Mathias Niggli	JJC Sursee





# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE





# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

## Mannschaftswertung

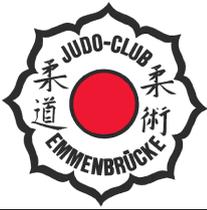
1	JJC Sursee	114
2	JJC Horw	112
3	JS Fuji San Baar	96
4	BC Dojo Mahari Kriens	93
5	JJC Ebikon	48
6	JC Gütsch	38
7	<b>JC Emmenbrücke</b>	<b>29</b>
8	BSV Udligenswil	16
9	JJC Altdorf	9
10	JJC Hochdorf	8
11	Shin do kan Luzern	1



Am Sonntag dem 24. Oktober 2010 kämpften in Horw sechs Kämpfer in unterschiedlichen Kategorien um den Titel des Zentralschweizer-Meisters 2010.

Lisbeth und Peter setzten eine "Überraschung" als Preis auf den 1. Rang aus. Leider wurde in diesem Jahr niemand von unserem Verein Zentralschweizermeister. Gekämpft wurde dennoch nicht schlecht. Lukas Bitzi, Simon Räber und Pascal Dellagiacomma holten eine Silbermedaille. Bronzemedailles gingen an Tim Schwingruber und Jan Gasser. Leider keine Medaille geholt hat Pascal Gasser.

Unterstützt wurden wir Judokas von drei Coachs. Lisbeth Lötscher, André Gasser und Peter Baumgartner haben Tipps gegeben, angespönt und geholfen wo sie nur konnten.



# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Überraschungen (wenn man dem so sagen darf) gab es einige. So hat die Hälfte der Judokas noch keine grossen Erfahrungen machen können mit Turnieren einer solchen Grössenordnung. Doch alle drei kamen auf das Podest! Tim Schwingruber hatte ausserdem noch mit einer Verletzung (die von einer unangenehmen Begegnung mit einem Kissen herrührt) an der Hand zu kämpfen. Diese hatte allerdings eher die Eigenschaft den Verband (blut-)rot zu färben als zu schmerzen.

Die Schiedsrichter waren sehr streng, was die neuen Regeln anbelangt hat. So wurde Pascal Gasser von einem seiner Kämpfe disqualifiziert, weil er seinem Gegner ans Bein gefasst hat.

Lukas Bitzi war in einem regelrechten Ippon-Fieber. Allerdings wirkte sich das nicht nur immer positiv aus. Entweder er verlor mit einer Ippon-Wertung oder gewann mit einer.

Ich selbst hatte ein wenig Pech. Peter Baumgartner und Lisbeth Lötscher konnten mich überzeugen, einen Doppelstart hinzulegen. Leider habe ich mich an Knie und Ellbogen verletzt, sodass ich nicht mehr in der zweiten Kategorie kämpfen konnte.

Doch unser Verein war nicht nur mit Kämpfern und Coachs anwesend. Ein ganzes Richtertischteam wurde von uns gestellt. Am Richtertisch arbeiteten Marlis Birrer, Marcel Wallimann, Cyrill Bürkli und Alexandra Schmidiger. Cyrill Bürkli wollte eigentlich kämpfen, aufgrund einer Verletzung war ihm dies jedoch nicht möglich.

Nächstes Jahr werden sicherlich noch einige Judokas mehr die Motivation aufbringen können und ihren Weg zur Zentralschweizermeisterschaft finden.

Nächstes Jahr werden Peter und Lisbeth nicht mehr so gut davonkommen was ihre „Überraschung“ betrifft!

Bericht von Pascal Dellagiacomà:

## Clubmeisterschaft SHIAI 2010

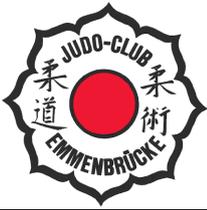
Am Samstag, 6. November 2010 fand die 2. Runde der Clubmeisterschaft 2010 statt. In drei verschiedenen Kategorien wurde um den Clubmeisterschaftstitel gekämpft. Die Punkte aus der ersten Runde wurden dazu gerechnet und anschliessend die Schlussrangliste erstellt.

Vielen Dank an die Teilnehmer und Helfer.

### LEICHT

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Bitzi Lukas	16	60
2	Gasser Jan	10	30
3	Wögerbauer Matthias	4	10
3	Link Ramon	2	10
5	Kaufmann Matthias	0	0





# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE



## MITTEL

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Gasser Pascal	11	51
2	Schmidiger Alexandra	6	30
3	Burch Stefan	5	27
3	Schwingruber Tim	2	10

## SCHWER

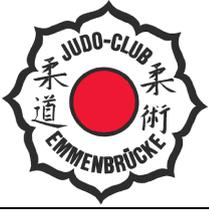
	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Dellagiacom Pascal	10	45
2	Schär Simon	8	40
3	Fritz Michael	4	20
3	Bürkli Cyrill	2	10



## Techniker-Preis 2010

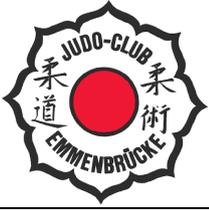
1	Bitzi Lukas	162
2	Gasser Pascal	134
3	Dellagiacom Pascal	120
4	Schär Simon	96
5	Gasser Jan	74
	Schmidiger Alexandra	74
7	Fritz Michael	62
8	Burch Stefan	58
9	Schwingruber Tim	44
9	Link Ramon	36
11	Ineichen Ken	30
12	Bürkli Cyrill	26
13	Wögerbauer Matthias	12
14	Kaufmann Matthias	6
15	Schranz Raphael	0





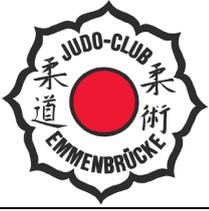
# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE





# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE





# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE



## Helfer-, TK- und Vorstandssessen mit Ehrenmitglieder 2010

Das Essen fand im Landrestaurant Listrig in Emmenbrücke mit 39 Personen statt. Es war ein schöner und lustiger Abend.

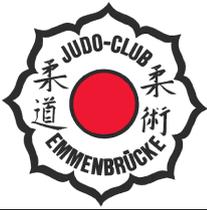
Vielen Dank für eure Mithilfe im Verein, denn ohne eure Hilfe können wir die Aktivitäten nicht auf die Beine stellen und durchführen.

**VIELEN DANK**

## Anfängerkurs

Nach den Herbstferien war es wieder soweit, der Anfängerkurs begann. Wir durften acht Anfänger begrüßen.

Wir führten den Anfängerkurs wieder in der gleichen Zeitspanne wie das Kindertraining durch. Der Anfängerkurs wurde von André Gasser mit Pascal Gasser geleitet und das normale Training wurde von Peter Baumgartner übernommen.

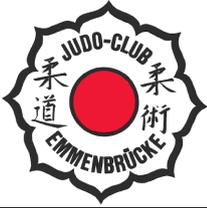


# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

## Gurtprüfungen

JUDO				JU JITSU	
<b>1. Kyu - Braun</b>					
<b>2. Kyu - Blau</b>					
Hagmann Seline	29.01.2010	Schmidiger Alexandra	29.01.2010		
<b>3. Kyu - Grün</b>					
				Bachmann Florian	08.04.2010
				Bachmann Mathias	08.04.2010
<b>4. Kyu - Halbgrün</b>					
<b>4. Kyu - Orange</b>					
Schwingruber Tim	13.12.2010				
<b>5. Kyu - Halborange</b>					
Bitzi Lukas	28.06.2010	Mahler Céline	29.09.2010		
Dali Remo	29.09.2010	Niederberger Patrick	13.12.2010		
Kaufmann Matthias	13.12.2010	Sigrist Felix	13.12.2010		
<b>5. Kyu - Gelb</b>					
Schnider Manuel	29.09.2010	Sinanovic Bibo	29.09.2010		
<b>6. Kyu - Halbgelb</b>					
Costantini Matteo	28.06.2010	Probst Julian	28.06.2010		

**Herzliche Gratulation! Weiter so ...**

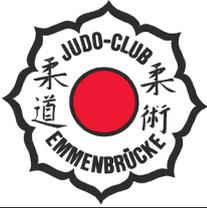


# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

## Gesucht neuer J+S Coach

Wir suchen eine interessierte, motivierte Person, die dieses Amt ehrenhalber übernehmen möchte.

Stellenbeschreibung: J+S Coach
<p><b>Bezeichnung der Stelle:</b> J+S Coach</p>
<p><b>Die Absicht von Jugend+Sport</b></p> <p>Der J+S-Coach ist die Verbindungsperson zwischen seiner Organisation und der Institution J+S. Er pflegt ebenfalls den Kontakt zu seinem Sport- oder Jugendverband. Er kümmert sich insbesondere um die Qualität der Jugendarbeit in seiner Organisation und stellt die Nachhaltigkeit der J+S-Angebote sicher. Er bemüht sich um den Leiter-Nachwuchs und empfiehlt die KandidatInnen seiner Organisation für die Kaderbildung.</p>
<p><b>Anforderungen</b></p> <p>Der J+S-Coach ist bereit, sich für die Jugend, seine Organisation und J+S einzusetzen. In seiner Organisation ist er eingebunden und akzeptiert. Er hat Erfahrung im Umgang mit Menschen und ist bereit zur Zusammenarbeit mit den unterschiedlichen AnsprechpartnerInnen.</p>
<p><b>Rechte und Pflichten</b></p> <p>Der J+S-Coach</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• erhält Zugang zur Sportdatenbank SPORTdb und ist berechtigt, das J+S-Angebot seiner Organisation via SPORTdb der kant. Amtsstelle für Jugend+Sport zu melden. Die Anmeldung erfolgt spätestens 20 Tage vor Beginn des ersten J+S-Kurses oder Lagers.</li> <li>• erkundigt sich bei der kant. Amtsstelle für Jugend+Sport nach den Gründen, wenn das Angebot eine Woche vor dem Kurs bzw. Lager nicht bewilligt ist.</li> <li>• hält die sportartspezifischen Weisungen der Jugendausbildung und die Regeln von Jugend+Sport ein und ist für die Einhaltung der Sicherheitsbestimmungen in seinem Angebot mitverantwortlich.</li> <li>• ist Verbindungsperson zur kantonalen Amtsstelle für J+S und meldet dies.</li> <li>• unterstützt seine LeiterInnen bei der Erarbeitung des Trainingsprogramms.</li> <li>• kontrolliert die J+S-Trainingsbücher sowie die Anwesenheitskontrolle resp. Teilnehmerliste, welche die J+S-Leiterpersonen führen.</li> <li>• erfüllt seine Aufgaben vor Ort und garantiert das Einhalten der getroffenen Bestimmungen.</li> <li>• bestätigt spätestens einen Monat nach Abschluss des Angebotes die effektive Durchführung der J+S-Aktivitäten.</li> <li>• bewahrt die ihm anvertrauten Kurs- und Lagerunterlagen drei Jahre auf und reicht sie auf Verlangen der Bewilligungsinstanz oder dem Bundesamt für Sport BASPO ein.</li> <li>• empfiehlt die J+S-Leiterpersonen seiner Organisation für die Aus- und Weiterbildung und meldet sie entsprechend an.</li> <li>• besucht alle zwei Jahre ein Weiterbildungsmodul für J+S Coachs und erfüllt damit die Weiterbildungspflicht.</li> </ul>
<p><b>Handlungsfelder des J+S Coach</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Das Leiterteam pflegen: Der J+S-Coach besucht die Leitenden im Rahmen ihrer Aktivitäten und gibt ihnen Rückmeldungen.</li> <li>• Den Alltag bewältigen: Der J+S-Coach plant mit den Leitenden zusammen die Einsätze in Trainings.</li> <li>• Die Zukunft sichern: Der J+S-Coach sorgt für eine altersgerechte Ausgestaltung des Angebots und fördert die Mitverantwortung von Kindern und Jugendlichen.</li> <li>• Jugend+Sport mittragen: Der Coach macht die Leitideen von Jugend+Sport im Verein bekannt, sorgt für den zielgerichteten Einsatz der J+S-Fördermittel und kennt die J+S-Regeln.</li> </ul>
<p><b>Hilfsmittel und Infrastruktur</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Computer- Anwenderkenntnisse sind für die Erledigung der administrativen Arbeiten erforderlich.</li> <li>• Internetanschluss, PC/Notebook, Mail, Drucker</li> </ul>



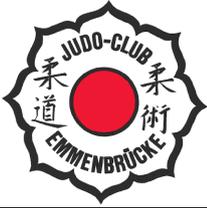
# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

## Gesucht neues Vorstandsmitglied

Wir suchen interessierte, motivierte Personen, die diese Ämter ehrenhalber übernehmen möchten.

Stellenbeschreibung: Verantwortliche/r TK Judo
<b>Bezeichnung der Stelle:</b> Verantwortliche/r TK Judo
<b>Ziele</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Führung und Beratung der Judotrainer/in im Judo Club Emmenbrücke</li> </ul>
<b>Aufgaben</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Koordination der Trainer/in im Bereich Judo</li> <li>• Koordination des Trainingsbetriebs Bereich Judo</li> <li>• Koordination Ausbildungsprogramm Trainer</li> <li>• Koordination der Präsentation des Jahresberichts</li> <li>• Organisation von Kursen für die Trainer und die Mitglieder</li> <li>• Selektion und Aufgebot der Trainer</li> <li>• Mithilfe bei der Durchführung von Sportanlässen</li> </ul>
<b>Entscheidungskompetenzen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stimme als Mitglied des Vorstands Judo Club Emmenbrücke</li> </ul>
<b>Anforderungen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guter Umgang mit Menschen</li> <li>• Entscheidungskraft und Durchsetzungsvermögen</li> </ul>
<b>Hilfsmittel und Infrastruktur</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Strategische, strukturelle und rechtliche Grundlagen des Judo Club Emmenbrücke (Statuten und Reglementen)</li> <li>• Internetanschluss, Laptop, Mail, Drucker</li> </ul>

Stellenbeschreibung: AktuarIn
<b>Bezeichnung der Stelle:</b> AktuarIn
<b>Ziele</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Führung aller Protokolle im Judo Club Emmenbrücke</li> </ul>
<b>Aufgaben</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Protokollerfassung der Generalversammlung</li> <li>• Protokollerfassung der Vorstandssitzungen</li> <li>• Protokollerfassung der TK-Sitzungen</li> <li>• Entlastung des Vorstands bei den Korrespondenzen</li> </ul>
<b>Entscheidungskompetenzen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stimme als Mitglied des Vorstands Judo Club Emmenbrücke</li> </ul>
<b>Hilfsmittel und Infrastruktur</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Internetanschluss, Laptop, Mail, Drucker</li> </ul>



# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

## 46. ordentliche Generalversammlung 2011

**Freitag, 25. März 2010**

**Landrestaurant Listrig, Emmenbrücke**

Zur Generalversammlung sind alle Mitglieder ab dem 16. Altersjahr (ab Jahrgang 1995) herzlich eingeladen.

Das Essen wird um 20:00 Uhr serviert. Es wird nur an diejenigen serviert, die sich beim Präsidenten anmelden.

Um 21:00 Uhr wird die Sitzung durch den Präsidenten eröffnet. Der Vorstand dankt für das pünktliche Erscheinen.

- | <u>Traktandenliste</u>                 |                                       |
|--|---------------------------------------|
| 1) Begrüssung                          | 9) Genehmigung der Kasse              |
| 2) Wahl der Stimmenzähler              | 10) Entlastung des Vorstandes         |
| 3) Abstimmung Protokoll                | 11) Budget 2011                       |
| 4) Berichte der technischen Leitung    | 12) Abstimmung Budget                 |
| a) Bericht TK Judo / Jiu Jitsu         | 13) Wahlen                            |
| b) Abstimmung TK-Berichte              | a) Wahl des TK-Judo / Jiu             |
| 5) Berichte des Präsidenten            | b) Wahl des verantwortlichen Finanzen |
| a) Jahresbericht                       | c) Wahl des Aktuaren                  |
| b) Mitgliederbestand                   | d) Wahl des Vize-Präsidenten          |
| c) Abstimmung Berichte des Präsidenten | e) Wahl des Präsident                 |
| 6) Kassabericht                        | f) Wahl der Revisoren                 |
| 7) Revisorenbericht                    | 14) Anträge                           |
| 8) Abstimmung Revisorenbericht         | 15) ZSJVV / SJV                       |
|  | 16) Ehrungen                          |

An- und Abmeldungen bis am **Sonntag, 06. März 2011** an Baumgartner Peter oder an Gasser André.

Anträge an die Generalversammlung müssen bis am **Sonntag, 06. März 2011** schriftlich an den Präsidenten Gasser André eingereicht werden!!

## Turnierweekend 2011

Bald ist es wieder soweit und unser jährliches Turnierwochenende steht vor der Tür. Die Vorbereitungen kommen langsam in die Gänge. Das wichtigste ist schon bekannt, nämlich das Datum:

**Samstag, 14. Mai 2011**

**4. Fighting Turnier**

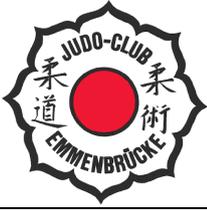
**Sonntag, 15. Mai 2011**

**10. Duo System Turnier**

**25. Zentralschweizer Judo Schüler- & Jugendmannschafts-Cup**

Für diesen Anlass brauchen wir kleine und grosse Helferlein. Bitte dieses Wochenende gut in eurer Agenda markieren und freihalten.

Wie es auch so ist, suchen wir dafür wieder Sponsoren. Bei Fragen meldet euch bei Peter Baumgartner.



# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

## Verschiedenes

### **Trainings mit Silvia Soave, 6. Dan, im Dojo JC Emmenbrücke:**

Kata Training	20.01.11	20:00 bis 21:30 Uhr
Kata Training	17.02.11	20:00 bis 21:30 Uhr
Kata Training	17.03.11	20:00 bis 21:30 Uhr
Kata Training	14.04.11	20:00 bis 21:30 Uhr
Kata Training	12.05.11	20:00 bis 21:30 Uhr
Kata Training	09.06.11	20:00 bis 21:30 Uhr

### **Termine 2011:**

TK-Sitzung	28.01.11	19:45 Uhr im Rest. Landhaus
Vorstands-Sitzung 01/11	28.01.11	21:15 Uhr im Rest. Landhaus
Fasnachtsferien	26.02.11 bis 13.03.11	
Swiss Open, Genf	12. / 13.03.11	
SM Ju-Jitsu, Liestal	19.03.11	
SM Kata, Liestal	20.03.11	
46. GV JC Emmenbrücke	25.03.11	Anmeldung: bis 06.03.11
Clubmeisterschaft 1. Runde	09.04.11	Anmeldung: bis 27.03.11
Osterferien	22.04.11 bis 08.05.11	
4. Fighting Turnier, E'brücke	14.05.11	Anmeldung: bis 01.05.11
10. Duo System Turnier, E'brücke	14.05.11	Anmeldung: bis 01.05.11
25. ZSMC, E'brücke	15.05.11	Anmeldung: bis 01.05.11
Delegiertenversammlung SJV	21.05.11	
100 Jahr's Feier Krauerschulhaus	28.05.11	
Schülerturnier Spiez	05.06.11	
National Ju-Jitsu Day	25.06.11	
National Judo Day	26.06.11	
12. Winner Turnier, Baar	26.06.11	
Sommerferien	09.07.11 bis 21.08.11	
Schüler-Jugendturnier Aarau	18.09.11	
Schülerturnier Murten	25.05.11	
Herbstferien	01.10.11 bis 16.10.11	
Anfängerkurs Kinder	17.10.11 bis 19.12.11	
Clubmeisterschaft 2. Runde	29.10.11	Anmeldung: bis 16.10.11
Gütsch-Spezi	06.11.11	
Weihnachtsferien	24.12.11 bis 04.01.12	

Für die Anmeldungen und für weitere Auskünfte kannst du dich bei deinem Trainer/Trainerin oder bei Peter Baumgartner melden.

## Judowerte:

### Höflichkeit



Behandle deine Trainingspartner und Wettkampfgegner wie Freunde. Zeige deinen Respekt gegenüber jedem Judo-Übenden durch eine ordentliche Verneigung.

### Wertschätzung

Erkenne die Leistung jedes anderen an, wenn dieser sich nach seinen Möglichkeiten ernsthaft anstrengt.



### Selbstbeherrschung



Achte auf Pünktlichkeit und Disziplin beim Training und Wettkampf. Verliere auf der Matte nie die Beherrschung - auch nicht bei Situationen, die du als unfair empfindest.

### Hilfsbereitschaft

Hilf deinem Partner, die Techniken korrekt zu erlernen. Sei ein guter Uke. Unterstütze als Höher-Graduierter oder Trainings-Älterer die Anfänger. Hilf den Neuen, sich in der Gruppe zurecht zu finden.



### Ehrlichkeit



Kämpfe fair, ohne unsportliche Handlungen und ohne Hintergedanken.

### Mut



Nimm im Randori und Wettkampf dein Herz in die Hand. Gib niemals auf - auch bei einer drohenden Niederlage oder bei einem scheinbar übermächtigen Gegner.

### Bescheidenheit

Spieler dich selbst nicht in den Vordergrund. Sprich über deinen Erfolg nicht mit Übertreibung. Orientiere dich an den Besseren und nicht an denen, deren Leistungsstand du bereits erreicht hast.



### Ernsthaftigkeit

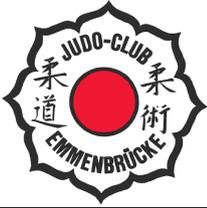


Sei bei allen Übungen und im Wettkampf konzentriert und voll bei der Sache. Entwickle eine positive Trainingseinstellung und übe fleissig.

### Respekt

Begegne deinem Lehrer/Lehrerin und den Trainings-Älteren zuvorkommend. Erkenne die Leistungen derjenigen an, die schon vor deiner Zeit Judo betrieben haben.





# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

---

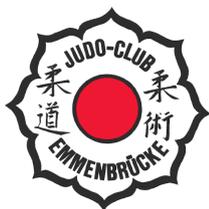
## **Dojo-Regeln:**

Man vergesse nie, dass das DOJO sowohl ein Ort technischen Trainings wie auch ein Ort der Geisteskultivierung ist.

Die hier vorgestellten Judo-Verhaltensregeln sind eine Zusammenfassung positiver Erfahrungen über viele Jahre der Zusammenarbeit zwischen Judoleitern und Judoschülern. Sie sind keine blinde Übernahme japanischer oder religiöser Vorgaben!

Die nachfolgenden Regeln gewähren ein unfallfreies und erfolgreiches Erlernen des Judo. Sie müssen von jedem Judoschüler beachtet werden.

- Beim Betreten oder Verlassen der Matte grüsst man (RITSUREI).
- Am Anfang und Ende der Lektion grüssen sich der Trainingsleiter und die Schüler gemeinsam (ZAREI).
- Judoka sind höflich und hilfsbereit zueinander.
- Daher muss jeder mit jedem üben. Auch Grosse mit Kleinen, Schwere mit Leichten und Jungen mit Mädchen bzw. umgekehrt.
- Alle müssen sich beim Üben so verhalten, dass beide Partner etwas lernen. Deswegen helfen sich Judokas gegenseitig.
- Judokas üben immer abwechselnd – so lange, bis der Trainer „Stop!“ sagt.
- Alle Judotechniken werden von Anfang an sowohl rechts als auch links geübt. So lernt man schneller!
- Die Höhergradierten sind zu respektieren und ihre Ratschläge sind zu beachten. Die Höhergradierten haben ihrerseits für das Weiterkommen der weniger Fortgeschrittenen in kluger und freundschaftlicher Weise zu sorgen.
- Im DOJO verhalte man sich ruhig; laute Konversation und Lärm sind zu vermeiden. Auf der Matte kann beim Üben gesprochen werden, man kann Spass und Freude haben. Doch wenn der Trainer „MATTE“ / „STOP“ ruft oder in die Hände klatscht, muss man das Reden unterbrechen und zuhören.
- Wenn der Trainer etwas demonstriert, sitzen (ZAREI) oder stehen die Judokas nebeneinander auf der roten Warnfläche und schauen aufmerksam zu, damit sie die Judotechniken verstehen.
- Die Judokas wissen, dass Judotechniken gefährlich sein können, wenn man sie grob und unaufmerksam anwendet. Daher müssen sich alle Judokas für das Wohlbefinden ihres Partners verantwortlich fühlen und überlegt handeln.
- Die Judokas erscheinen pünktlich und verlassen die Matte nur am Ende des Unterrichts oder wenn sie sich vorher beim Trainer abgemeldet haben. Der Trainer muss immer wissen, wo jeder Judoka während des Unterrichts ist.
- Die Weisungen des Trainingsleiters oder seines Stellvertreters sind zu befolgen.
- Reinlichkeit ist eine Zier!  
Sauberkeit des Körpers, Sauberkeit des Judogi, Ordnung im Tragen des Judogi.
- Die Matten betrete man nur barfuss.
- Finger- und Zehennägel sind kurz zu schneiden.
- Ketten, Ringe oder andere Metallgegenstände sind vor dem Training zu entfernen, damit Unfälle vermieden werden.
- Handys und Uhren mit Weckfunktion sind lautlos oder ausgeschaltet.  
Bei Notwendigkeit den Trainer informieren.
- Essen ist während dem Training verboten. Es ist ratsam, die Nahrung 1-2 Stunden vor dem Training einzunehmen.
- Während dem Training darf getrunken werden, es darf den Unterricht aber nicht beeinflussen.
- Auf der Matte wird nicht getrunken.
- Nach dem Training duschen und Körperpflege.
- Wenn man krank ist (auch bei Erkältungsfällen) trainiert man nicht!  
Man kann nicht nur sich selbst schädigen, sondern steckt auch andere an.



# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

## Trainingszeiten:

Wochentag	Zeit	Gruppe	Training	verantwortlicher Trainer / Trainerin	Trainerin / Trainer
Montag	17:45–18:45		Judo Kinder	André Gasser	Peter Baumgartner
.	18:45–20:15		Judo Jugend	Peter Baumgartner	
<b>(Anmerkung)</b>	20:15–21:30	.	freies Training	höchstgradierter Judo-oder Jiuka	.
Dienstag	17:15-19:00		Selbstverteidigung Schule Emmen	Ursula Moutagano	
	19:05–20:35		freies Training	höchstgradierter Judo-oder Jiuka	
Mittwoch	17:00–18:15		Judo Kinder	Claudia Birrer	Marlis Birrer
.	18:20–19:50		Judo Jugend	Peter Baumgartner	.
.	20:00–21:30		Ju Jitsu Erwachsene	Marcel Wallimann	Marco Limacher (G)
Donnerstag	18:15–19:30		Ju Jitsu Jugend	Marcel Wallimann	
<b>(Anmerkung)</b>	20:00–21:30		1x Kata. Training pro Monat	Sylvia Soave (G)	.
Freitag	17:30–19:00	J.	Judo Kinder	Jeannette Schmidiger	.
Samstag <b>(Anmerkung)</b>	10:30-12:00		Duo System	Antonio Foschini	Marlis Birrer

Anmerkung: Das Training findet statt gemäss Mitteilung im Dojo.

(G) = Gasttrainerin / Gasttrainer

Während den Schulferien und allgemeinen Feiertagen finden keine Trainings statt!

## Vorstands- und Trainerliste:

Anrede	Name	Vorname	Strasse	Plz	Ort	Tel P	Mobil	E-Mail
<b>TrainerIn</b>								
Herr	Baumgartner	Peter	Ober Riffig 10	6020	Emmenbrücke		079 302 66 62	baumgartner_peter@bluewin.ch
Frau	Birrer	Claudia	Konstanz 4	6023	Rothenburg		076 522 52 85	fidobirrer@hotmail.com
Frau	Birrer	Marlis	Erlenstrasse 22	6020	Emmenbrücke	041 280 69 42		
Herr	Foschini	Antonio	Hochdorferstrasse 3	6020	Emmenbrücke	041 280 78 29	076 469 84 76	foschiniantonio3c@web.de
Herr	Gasser	André	Luzernstrasse 82	6102	Malters	041 497 33 75		a.gasser@sunrise.ch
Herr	Lienhard	Markus	Gilamstrasse 9b	4665	Oftringen		079 693 96 11	markus.lienhard@gmx.ch
Frau	Schmidiger	Jeannette	Gutenegg	6125	Menzberg			js@willi-schmidiger.ch
Herr	Wallimann	Marcel	Schöngrund 13	6343	Rotkreuz	078 824 47 50		mwallimann@sunrise.ch
<b>J&amp;S Coach</b>								
Herr	Hürliemann	André	Büttenenhalden 39	6006	Luzern		079 232 16 00	quitschiaentli@gmx.ch
<b>SV Schulen Emmen</b>								
Frau	Moutagano	Ursula	Fildernrain 22	6030	Ebikon	041 440 10 41	079 640 65 27	u.montagano@hispeed.ch
<b>Vorstand</b>								
Präsident								
Herr	Gasser	André	Luzernstrasse 82	6102	Malters	041 497 33 75		a.gasser@sunrise.ch
Vize-Präsident / Administration / Aktuar								
Herr	Baumgartner	Peter	Ober Riffig 10	6020	Emmenbrücke		079 302 66 62	baumgartner_peter@bluewin.ch
Finanzen								
Frau	Zihlmann	Ilona	Waldibachweg 15	6032	Emmen	041 260 33 87	076 454 50 28	ilona_zihlmann@yahoo.de
TK Judo/Jiu								
Herr	Wallimann	Marcel	Schöngrund 13	6343	Rotkreuz	078 824 47 50		mwallimann@sunrise.ch

Vielen Dank für die Aufmerksamkeit!



### Redaktion:

Peter Baumgartner, Ober-Riffig 10, 6020 Emmenbrücke  
079 302 66 62, ok.jc Emmenbrücke@gmail.com



**EMMEN.** Überraschend sportlich.



**Judo Club Emmenbrücke**

Peter Baumgartner

Ober-Riffig 10

6020 Emmenbrücke

079 302 66 62

ok.jcemmenbruecke@gmail.com

www.jcemmenbruecke.ch

# Clubmeisterschaft SHIAI 2011 1. Runde

**Datum**

**SAMSTAG, 09. APRIL 2011**

**Ort**

Dojo Judo Club Emmenbrücke, Krauerschulhaus

**KämpferInnen**

Sind alle, die Lust haben zu kämpfen

**Zeitplan und Gewichtsklassen**

<b>Werden am 04. April 2011 bekannt gegeben!!</b>
<b>Die Wettkämpfe werden am Morgen ausgetragen</b>

**BITTE 15 Minuten vor Beginn umgezogen im Dojo bereit sein !!**

**Auszeichnung**

**Pro Gewichtsklasse gibt's eine Gold-, eine Silber und zwei Bronzenmedaillen**

**Verpflegung**

Eine kleine Verpflegung wird organisiert!

**Versicherung**

**Ist Sache der Kämpfer**

**Wiegen**

Gewogen wird in der Woche von **28. März bis 01. April 2011** jeweils im Training von deinem Trainer.

**Anmeldeschluss**

bis **SONNTAG, 27. MÄRZ 2011**

**Auskunft**

**Baumgartner Peter**

**Anmeldung**

Ober-Riffig 10

6020 Emmenbrücke

Tel. privat: 079/302 66 62

E-Mail: baumgartner\_peter@bluewin.ch

ok.jcemmenbruecke@gmail.com



**EMMEN. Überraschend sportlich.**



**Anmeldetalon CLUBMEISTERSCHAFT SHIAI 2011-1**

Name: ..... Vorname: .....

Gewicht: ..... Handy Nr. ....

E-Mail: .....