

JUDO CLUB EMMENBRÜCKE



Themen:

- Schweizer Meisterschaft Duo System
- Generalversammlung 2012
- Clubmeisterschaft 1. Runde
- Europameisterschaft Duo System
- Pilatus Cup 2012 (Fighting- und Duo System Turnier)
- Clubmeisterschaft 2. Runde
- Hochzeit Schär Simon
- Trainer verlassen uns
- Vorstandsmitglieder gesucht
- Vereins-Austritt
- Termine
- Verschiedenes



Elite-Schweizermeisterschaft 2012, Morges, 3. März 2012



Guter Saisonstart für Florian und Mathias. Das Duo Team aus Emmenbrücke startete gestern mit der Schweizermeisterschaft in die EM-Saison 2012.

Bachmann/Bachmann dominierten klar und konnten alle ihre Kämpfe gewinnen. Als Höhepunkt des Tages gab es einen "Super-Final" gegen die 2-fachen Weltmeisterinnen Erni/Erni. Wie bereits gewohnt, sind diese Begegnungen immer äusserst spannend. Beide Teams zeigten hervorragende Leistungen. Trotzdem konnte sich Bachmann/Bachmann knapp gegen die erfahrenen Schwestern durchsetzen. Mit einem Punkt Unterschied konnten Florian und Mathias diese Begegnung für sich entscheiden.

Wir gratulieren euch zur Gold-Medaille!



JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Generalversammlung 2012

Die 47. Generalversammlung haben wir am Freitag, 23. März 2012, gut und zügig über die Bühne gebracht. Dieses Jahr waren 35 Mitglieder (von Jung bis Junggebliebene und viele Ehrenmitglieder) anwesend.

Mit dem folgenden Sprichwort schliesst unser Präsident seinen Jahresbericht:

**Fürchte dich nicht vor langsamen Veränderungen;
fürchte dich nur vor dem Stillstand.**

Hier einige Informationen:

Jubiläen 2011

Als Mitglied

5 Jahre:	<i>Eintritt 2007</i> Sigrist Felix
10 Jahre:	<i>Eintritt 2002</i> Dellagiacomma Pascal Hagmann Seline Räber Dominik Schmidiger Alexandra Schmidiger Stefanie
25 Jahre:	<i>Eintritt 1987</i> Birrer Marlis
35 Jahre:	<i>Eintritt 1977</i> Vogel Kurt
45 Jahre:	<i>Eintritt 1967</i> Feile Harald Krieger Alex

Mitgliederbestand 2012 (Stand 01.01.2012)

Aktive:		84
	Kinder	17
	Jugend 1	9
	Jugend 2	15
	Erwachsene	15
	Freimitglied	6
	Nachwuchstrainer	2
	TK	3
	Vorstand	4
	Ehrenmitglieder	9
	Gründer	5
Pausierende		2
Passive:		11
	Passiv	5
	Freimitglieder	6
Gast:		8
	Aktiv	2
	Trainer	5
	Freimitglied	2
Total	Mitglieder	104

Kassabericht 2011

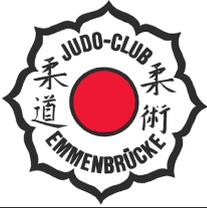
Der Gewinn beträgt CHF 415.41.

Budget 2012

Für das Jahr 2012 wird ein Verlust von CHF 770.00 budgetiert.

Wahlen

Die Revisoren sind: 1. Revisor: Dominik Räber / 2. Revisor: Simon Räber



JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Der Vorstand sieht für dieses Jahr wie folgt aus:

Präsident:

André Gasser (bisher)

Vize-Präsident:

Peter Baumgartner (bisher)

Buchhaltung/Finanzen:

Ilona Zihlmann (bisher)

TK-Judo/Jiu:

Marcel Wallimann (bisher)

Aktuar:

Peter Baumgartner (bisher)

Beisitzer:

Myriam Zihlmann (neu)

Anträge

Marcel Wallimann beantragt, dass der JC Emmenbrücke einen einmaligen Beitrag an Florian und Mathias Bachmann in der Höhe von CHF 500.00 pro Person auszahlen soll. Begründung: Weltmeistertitel 2011 in Belgien, mehrere Male Schweizermeister, Gewinner von mehreren internationalen Turnieren. Der Antrag wurde angenommen.

Der Antrag über die Beiträge wurde angenommen. Die Beiträge sind ab 01.01.2010 gültig und sehen wie folgt aus:

Beiträge	Franken	Tarife	Franken
Jahresbeitrag Kinder (8 - 13 Jahre)	120.--	Anfängerkurs Kinder 8 - 14 Jahre	
Jahresbeitrag Jugend 1 (14 - 16 Jahre)	150.--	(pro Tag)	10.—
Jahresbeitrag Jugend 2 (17 - 20 Jahre)	175.--	-----	-----
Jahresbeitrag Erwachsene ab 21 Jahren	200.--	Anfängerkurs Jugend 15 - 20 Jahre	110.—
Jahresbeitrag Gastmitglieder	100.--	-----	-----
Jahresbeitrag Passivmitglieder	25.--	Anfängerkurs Erwachsene ab 21	130.--
Judopass	30.--	Jahren	

Ehrungen

Der Präsident spricht einen grossen Dank an alle Trainer, Assistenztrainer, Nachwuchstrainer, an alle grossen und kleinen Helfer bei den verschiedenen Anlässen aus.

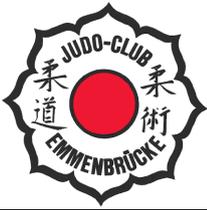
Jugendliche (über 16 Jahre) und Erwachsene erhalten für 50 und mehr Trainings einen Gutschein vom Emmen Center. Die Kinder (unter 16 Jahre) erhalten einen Osterhasen.

Gutscheine und Osterhasen gehen an:

1. Lukas Bitzi	106 Trainings	6. André Gasser	72 Trainings
2. Marcel Wallimann	87 Trainings	7. Patrick Niederberger	66 Trainings
3. Jan Gasser	82 Trainings	8. Stefanie Schmidiger	57 Trainings
		9. Ken Ineichen	50 Trainings
5. Pascal Gasser	82 Trainings		
5. Pascal Dellagiacoma	79 Trainings		

Weitere Gutscheine gehen an:

Jeannette Schmidiger (Trainerin), Claudia Birrer (Trainerin), Marlis Birrer (Trainerin), Ilona Zihlmann (Vorstand, Finanzen) und Peter Baumgartner (Vorstand, Vize-Präsident).



JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Clubmeisterschaft SHIAI 2012, 1. Runde

Am Samstag, 10. März 2012 fand die 1. Runde der Clubmeisterschaft statt. In vier verschiedenen Kategorien wurde um den Clubmeisterschaftstitel gekämpft. Vielen Dank an die Teilnehmer und Helfer.

bis 33 kg

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Helfenstein Lenya	6	30
2	Buchmann Silas	4	20
3	Botta Claudio	2	10
4	Gasser Lisa	0	0
5			



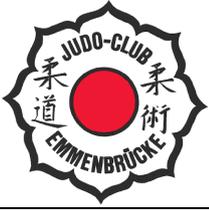
bis 50 kg

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Niederberger Patrick	6	30
2	Dali Remo	4	20
3	Sinanovic Bibo	2	10
4	Köchli Dominik	0	0
5			

bis 70 kg

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Schwingruber Tim	7	30
2	Angst Mischa	6	30
3	Bitzi Lukas	5	20
4	Gasser Jan	2	10
5	Andriamisalalao Jira	0	0





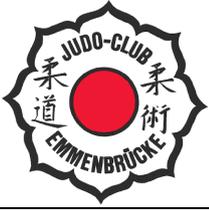
JUDO CLUB EMMENBRÜCKE



plus 71 kg

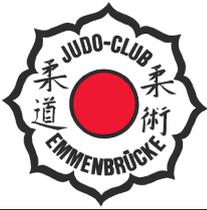
	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Dellagiacomma Pascal	6	27
2	Fritz Michael	4	20
3	Kilchmann Beat	2	10
4	Gasser Pascal	0	0
5			





JUDO CLUB EMMENBRÜCKE





JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

U18 & U21 Europameisterschaft 2012, Genua ITA, 11. Mai 2012



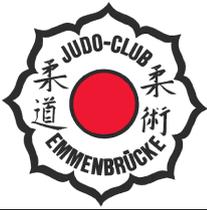
Florian & Mathias Bachmann vom JC Emmenbrücke holten sich am vergangenen Wochenende in Genua (ITA) die Silbermedaille an der U21 Europameisterschaft 2012.

Als amtierende U21 Weltmeister startete das Duo Team Bachmann am letzten Freitag in den Wettkampf. Nach einem Freilos und zwei klar gewonnenen Kämpfen gegen Frankreich und Spanien qualifizierten sie sich in das Europameisterschafts-Final.

Der Gegner war nicht unbekannt. Florian & Mathias stand Slowenien gegenüber, die amtierenden Vize-Weltmeister U21. Dem Schweizer Team war klar, dass es kein leichter Kampf geben wird.

Bachmann/Bachmann gelang es, ihre Top-Leistungen abzurufen. Trotzdem reichte es nicht ganz, die Jury voll und ganz auf ihre Seite zu ziehen. Sie mussten sich leider geschlagen geben. **Silbermedaille für die Schweiz!**

Wir gratulieren euch zur Silber-Medaille!



JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Ju-Jitsu Pilatus Cup 2012, Kriens LU

Am vergangenen Samstag fand in der Meiersmatt-Turnhalle in Kriens zum ersten Mal der Pilatus Cup im Ju-Jitsu statt.

Rund 70 Kämpferinnen und Kämpfer aus der ganzen Schweiz trafen sich, um ihr Können zu präsentieren. Unter ihnen die amtierenden Weltmeisterinnen Antonia und Alexandra Erni, sowie die U21 Weltmeister Florian und Mathias Bachmann, aber auch zahlreiche Athletinnen und Athleten, welche zum ersten Mal an einem Wettkampf teilnahmen.

Am Morgen stand Fighting System auf dem Programm. Eine der zwei Wettkampfformen im Ju-Jitsu. Am Nachmittag wurde Duo System gezeigt, die zweite Wettkampfform. Zum Höhepunkt des Tages gab es wie bereits an der Schweizermeisterschaft in Morges einen "Super-Fight", einen Fight zwischen den Weltmeisterinnen und den U21 Weltmeister.

Eine spannende Begegnung wie jedes Mal. Zwei Teams auf Top-Niveau, welche auch an der Weltspitze immer vorne dabei sind, präsentierten mit Power und Ausdruck ihre Techniken. Nach vier spannenden Serien konnten sich Erni/Erni mit einem Punkt Vorsprung gegen die Junioren Bachmann/Bachmann durchsetzen und gewannen diesen "Super-Fight"!

Florian & Mathias Bachmann gewannen alle Kämpfe in ihrer Kategorie und kämpften sich somit auf Platz 1 am Pilatus Cup.



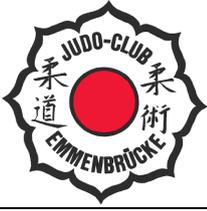
Rangliste Duo System Turnier:

U14

	Name	Verein
1	Jan Imbrüth / Dario Francioni	BC Dojo Mahari
2	Gregori Li / Dario Francioni	BC Dojo Mahari
3	Noah Schöpfer / Janik Arnet	BC Dojo Mahari
	Alexander Kovalina / Janik Schnyder	BC Dojo Mahari
5	Dominoc Mattile / Adrian Merioz	JJJC Kiai Cham
	Gian Luca Grünenfelder / Joel Weber	BC Dojo Mahari

U18

	Name	Verein
1	André Merioz / Marino Tiziani	JJJC Kiai Cham
2	Jessica Albin / Sandra Myer	JJJC Kiai Cham



JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Elite Damen/Mixed

	Name	Verein
1	Alexandra Erni / Antonia Erni	JJC Kiai Cham
2	Martina Aigner / Thomas Schönenberger	JJC Weinfelden
3	Julia Bosshard / Alessandra Mühlemann	JJC Steffisburg

Elite Herren

	Name	Verein
1	Florian Bachmann / Mathias Bachmann	JC Emmenbrücke
2	Antonio Foschini / Patrick Schenker	Shin do Kan Luzern
3	Ramon Gaugler / Florian Peritsch	BSV Udligenswil

Rangliste Fighting Turnier:

Damen U18 - 69 kg

	Name	Verein
1	Nadine Thöny	Shin Do Kan Luzern
2	Sereina Winkler	JJC Winterthur
3	Muriel Blanc	Shin Do Kan Luzern
4	Marissa Duret	Choku Miyabi Meyrin
5	Mauro Bergonzi	Choku Miyabi Meyrin
	Ruby Wildhaber	SC Nippon Bern

Herren U18 -69 kg

	Name	Verein
1	Adriano Kastrati	Budokan Zürich
2	Kevin Durmus	Choku Miyabi Meyrin
3	Moritz Hermann	JJC Bern
4	Valentin Schürch	SC Nippon Bern
5	Sabatin Schneider	JJC Bern
	Jonas Viloría	JJ Zürich
7	David Bimmler	JJ Zürich
	Nicolai Lévy	SC Nippon Bern
9	Robin Bienz	BC Dojo Mahari
	Tomislav Kosic	Budokan Zürich
	Pedro Antunes	Choku Miyabi Meyrin

Herren U18 -85 kg

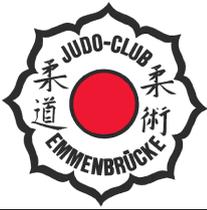
	Name	Verein
1	Alain Torche	Choku Miyabi Meyrin
2	Morgan Nkule	Choku Miyabi Meyrin
3	Alan Caldeira	Choku Miyabi Meyrin
4	Dylan Huber	Choku Miyabi Meyrin
5	Robin Eberle	JJC Kiai Cham

Herren Elite -69 kg

	Name	Verein
1	André Hürlimann	Shin Do Kan Luzern
2	Christian Ramseier	SC Nippon Bern
3	Florian Sommerha	Shin Do Kan Luzern
4	Pascal Tresch	BC Dojo Mahari
5	Florian Erni	JJC Kiai Cham
	Dino Trovatelli	JJC Kiai Cham
7	Michael Kröh	Shin Do Kan Luzern

Herren Elite +85 kg

	Name	Verein
1	Nicolas Baez	JJC Winterthur
2	Pascal Müller	BC Dojo Mahari
3	Michael Stutz	JJC Winterthur
4	Christian Gruber	JJC Bern
5	Robn Eberle	JJC Kiai Cham



JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Clubmeisterschaft SHIAI 2012, 2. Runde

Am Samstag, 30. Juni 2011, fand die 2. Runde der Clubmeisterschaft statt. In drei verschiedenen Kategorien wurde um den Clubmeisterschaftstitel gekämpft. Vielen Dank an die Teilnehmer und Helfer.

bis 40 kg

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Köchli Dominik	8	29
2	Helfenstein Lenya	6	30
3	Buchmann Silas	4	20
4	Botta Claudio	2	10
5	Gasser Lisa	0	0



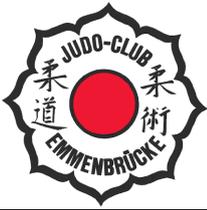
bis 70 kg

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Bitzi Lukas	10	47
2	Angst Mischa	8	40
3	Schwingruber Tim	6	30
4	Andriamisalalao Jira	4	17
5	Niederberger Patrick	2	10
6	Gasser Jan	0	0

plus 71 kg

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Kilchmann Beat	6	30
2	Dellagiacomma Pascal	4	20
3	Schär Simon	2	10
4	Gasser Pascal	0	0
5			





JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Zwischen-Rangliste nach 2 Runden

bis 35 kg

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Helfenstein Lenya	12	60
2	Buchmann Silas	8	40
3	Botta Claudio	4	20
4	Gasser Lisa	0	0
5			

bis 50 kg

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Köchli Dominik	8	29
2	Dali Remo	4	20
3	Sinanovic Bibo	2	10
4	Köchli Dominik	0	0
5			

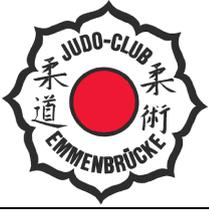
bis 70 kg

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Bitzi Lukas	15	67
2	Angst Mischa	14	70
3	Schwingruber Tim	13	60
4	Niederberger Patrick	8	40
5	Andriamisalalao Jira	4	17
6	Gasser Jan	2	10

plus 71 kg

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Dellagiacoma Pascal	10	47
2	Kilchmann Beat	8	40
3	Fritz Michael	4	20
4	Schär Simon	2	10
5	Gasser Pascal	0	0





JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

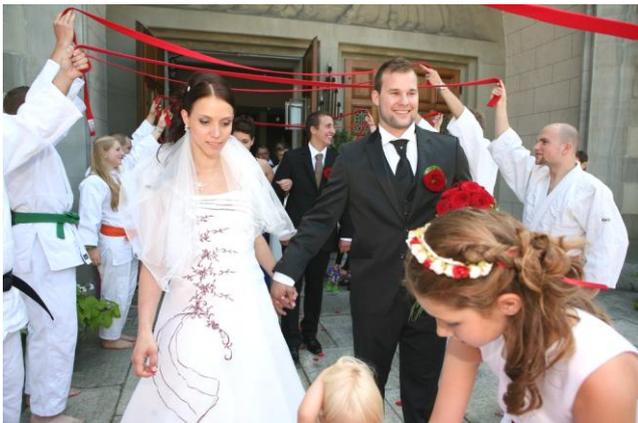




JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Hochzeit Schär Simon

Unser neuer J&S Coach, Simon Schär, hat am Samstag, 07.07.2012, das JA-Wort geben. So wie es bei uns üblich ist, waren wir zahlreich Spalier stehen.





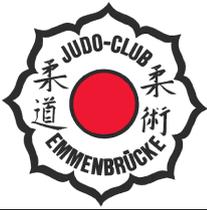
JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

J&S Trainer verlassen uns

Leider verlassen unseren Verein zwei J&S Trainerinnen. Marlis Birrer und Claudia Birrer haben ihr Traineramt (Mittwochs, 17:00 bis 18:15 Uhr) mit dem letzten Training vor den Sommerferien abgegeben. Ihr Training wird weitergeführt unter der Leitung von unserem Präsidenten André Gasser.

Marlis Birrer wird weiterhin ihre anderen zwei Ämter als Raumpflegerin und Materialwartin weiterführen. Wir hoffen, Claudia und Marlis Birrer im Training wieder auf unseren Matten anzutreffen.



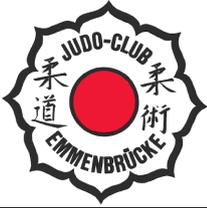


JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Gurtprüfungen

柔道 JUDO				柔術 JU JITSU	
1. Kyu - Braun					
2. Kyu - Blau					
				Bachmann Florian	07.02.2012
				Bachmann Mathias	07.02.2012
3. Kyu - Grün					
Andriamisalalao Jira	14.05.2012	Portmann André	14.05.2012		
Bitzi Lukas	14.05.2012	Schwingruber Tim	14.05.2012		
4. Kyu - Halbgrün					
Ordemann Dominik	16.05.2012	Schranz Raphael	16.05.2012		
4. Kyu - Orange					
Dali Remo	27.06.2012	Sinanovic Bibo	27.06.2012		
Niederberger Patrick	16.05.2012	Zihlmann Noemi	14.05.2012		
Schnider Manuel	27.06.2012				
5. Kyu - Halborange					
5. Kyu - Gelb					
Buholzer Andrin	27.06.2012	Leone Sara	27.06.2012		
Helfenstein Lenya	27.06.2012				
6. Kyu - Halbgelb					
Burri Rahel	14.05.2012				

Herzliche Gratulation! Weiter so ...



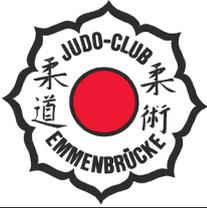
JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Gesucht neues Vorstandsmitglied

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

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

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



JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Vereins-Austritt

Wir bitten alle Mitglieder, die nicht mehr im Judo Club Emmenbrücke Mitglied sein wollen, sich schriftlich (gemäss Statuten) mit/ohne Austrittsformular bei Peter Baumgartner abzumelden.

Austritte müssen bis Ende November des laufenden Jahres bei Peter Baumgartner sein, ansonsten muss die Lizenz mit einer Bearbeitungsgebühr bezahlt werden.

Die Austrittsformulare kannst du vom Internet (www.jcemmenbruecke.ch) herunterladen, bei deinem Trainer/Trainerin oder bei Peter Baumgartner verlangen.

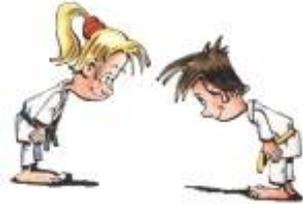
Termine 2012

Sommerferien	07.07.12 bis 19.08.12	
Regional Weekend	25.08.12 bis 26.08.12	
Regional Training	01.09.12	
ZSJM in Horw	02.09.12	
Ranking Weinfeld	08.09.12	
TK-Sitzung	14.09.12	
Ranking Murten	22.09.12	
Herbstferien	01.10.12 bis 12.10.12	
Lozärner Göp, Judo	12.10.12	
Lozärner Göp, Fighting System	13.10.12	
Vorstands-Sitzung	19.10.12	
Werderberger Herbstturnier	28.10.12	
Turnier in Will	04.11.12	
Regional Training	10.11.12	
SEM	17.11.12 bis 18.11.12	
Clubmeisterschaft 3. Runde	23.11.12 oder 24.11.12	Anmeldung: 11.11.12
Talent-Day Brugg	24.11.12	
SMM	01.12.12	
Regional Training	15.12.12	
Weihnachtsferien	22.12.12 bis 06.01.13	

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

Verschiedenes 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

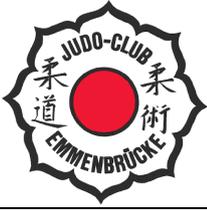


Sei bei allen Übungen und im Wettkampf konzentriert und voll bei der Sache. Entwickle eine positive Trainingseinstellung und übe fleissig.

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

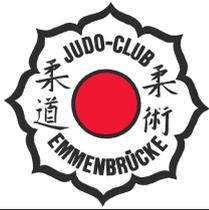
Dojo-Regeln

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	
(Anmerkung)	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	André Gasser	
.	18:20–19:50		Judo Jugend	Peter Baumgartner	
.	20:00–21:30		Ju Jitsu Erwachsene	Marcel Wallimann	
Donnerstag	18:15–19:30		Ju Jitsu Jugend	Marcel Wallimann	
(Anmerkung)	20:00–21:30		freies Training	höchstgradierter Judo- oder Jiuka	.
Freitag	17:30–19:00	J.	Judo Kampftraining	Fritz Michael	Peter Baumgartner

Anmerkung: Das Training findet statt gemäss Mitteilung im Dojo.
Während den Schulferien und allgemeinen Feiertagen finden keine Trainings statt!

Vorstands- und Trainerliste

Anrede	Name	Vorname	Strasse	Plz	Ort	Tel P	Mobil	E-Mail
TrainerIn								
Herr	Baumgartner	Peter	Untere Wiese 11	6020	Emmenbrücke		079 302 66 62	baumgartner_peter@bluewin.ch
Herr	Gasser	André	Luzernstrasse 82	6102	Malters	041 497 33 75	076 435 82 87	a.gasser@sunrise.ch
Herr	Fritz	Michael	Grüneggstrasse 24	6005	Luzern		079 489 93 20	michael_fritz@gmx.ch
Herr	Wallimann	Marcel	Schöngrund 13	6343	Rotkreuz	078 824 47 50		mwallimann@sunrise.ch
J&S Coach								
Herr	Schär	Simon	Spannortstrasse 14	6003	Luzern	041 360 22 58	078 894 09 65	simon.schaer@datazug.ch
Raumplegerin / Materialwartin								
Frau	Birrer	Marlis	Listrigstrasse 14	6020	Emmenbrücke	041 280 69 42		
Vorstand								
Präsident								
Herr	Gasser	André	Luzernstrasse 82	6102	Malters	041 497 33 75		a.gasser@sunrise.ch
Vize-Präsident / Administration / Aktuar								
Herr	Baumgartner	Peter	Untere Wiese 11	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
Beisitzer								
Frau	Zihlmann	Myriam	Waldibachweg 15	6032	Emmen	041 260 33 87		myriam.zihlmann@bluewin.ch

Vielen Dank für die Aufmerksamkeit!



Redaktion:

Peter Baumgartner, Untere Wiese 11, 6020
Emmenbrücke
079 302 66 62, ok.jc Emmenbrücke@gmail.com