



JUDO CLUB EMMENBRÜCKE



Themen:

- Kantonalberner Ju-Jitsu Meisterschaft
- Zentralschweizer Judo Meisterschaft
- Äbiker Cup
- Gütsch-Spezi
- Helfer-, TK- und Vorstandssessen
- Clubmeisterschaft
- Gurtprüfungen
- Information Dojo-Sanierung
- GV 2009
- Termine
- Verschiedenes



Kantonalberner Ju-Jitsu Meisterschaft

Rangliste - U18 Herren

	Name	Verein
1	Bachmann Florian Bachmann Mathias	JC Emmenbrücke
2	Gaugler Ramon Suter Marco	BSV Udligenswil
3	Milosavljevic Srecko Ziegler Thomas	BS Wädenswil
4	Bunjaku Amir Bunjaku Arbnor	BS Wädenswil

Rangliste - Elite Herren

	Name	Verein
1	Müller Remo Müller Pascal	BSS Dojo Mahari Kriens
2	Rigert Peter Schwery André	BSV Udligenswil
3	Gaugler Ramon Suter Marco	BSV Udligenswil
4	Bachmann Florian Bachmann Mathias	JC Emmenbrücke

Rangliste - U18 Damen/Mixed

	Name	Verein
1	Reber Marisa Reber Stefan	BS Biglen
2	Achermann Sybille Valles Sarah	JC Emmenbrücke
3		

Wir gratulieren den vier KämpferInnen ganz herzlich zur tollen Leistung.



JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Zentralschweizer Judo Meisterschaft

Am frühen Morgen waren die Kämpfer leicht nervös. Fünf nahmen in diesem Jahr teil und kämpften um einen Medaillenplatz. Die Betreuung für die Teilnehmenden übernahmen Claudia Birrer, Lisbeth Lötscher und Peter Baumgartner.

Männer U14, bis 50kg

	Name	Club
1	Gehrig Gabriel	JS Fuji San Baar
2	Schmidiger Tobias	JJC Ebikon
3	Knapp Kuno	JJC Ebikon
3	Gasser Pascal	JC Emmenbrücke



Männer U17, bis 60kg

	Name	Club
1	Wiget Yannick	JJJC Sursee
2	Hermann Lars	JJC Ebikon
3	Müller Ludovic	JS Fuji San Baar
3	Lehmann Andreas	JC Emmenbrücke
5	Breu Benjamin	JC Emmenbrücke

Männer U17, bis 73kg

	Name	Club
1	Wirz Yves	JS Fuji San Baar
2	Renggli Sandro	JJJC Sursee
3	Dellagiacoma Pascal	JC Emmenbrücke
3	Zemp Sandro	JJJC Sursee
5	Ineichen Ken	JC Emmenbrücke





JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Wir gratulieren den vier Kämpfern ganz herzlich zur tollen Leistung.





JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Äbiker Cup 2008

Dieser Cup war ein Anfängerturnier, ohne offizielle Kampfrichter und ohne Medaillen. Für unseren Club waren fünf Kämpfer am Start. Die Betreuung übernahm André Gasser.

Monir Sadiki:	5 Kämpfe	5 Ippon-Siege		
Samir Sadiki:	4 Kämpfe	4 Ippon-Siege		
Ramon Link:	3 Kämpfe	1 Ippon-Siege		2 Verloren
Jan Gasser:	4 Kämpfe	2 Ippon-Siege	1 Wazari-Sieg	1 Verloren
Lukas Costantini:	3 Kämpfe	2 Ippon-Siege		1 Verloren





JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Gütsch-Spezi 2008

Am Sonntag, 2. November 2008, fand das 16. Gütschspezi in Littau statt. Unser Club war mit einer Mannschaft bei den Teams „Schüler/Jugend schwer“ dabei. Folgende Kämpfer machten in der Mannschaft ‚Ämmen Shrek‘ mit:

- 45kg Basil Weiss (importiert von JC Hochdorf)
- 50kg Pascal Gasser
- 55kg Leila Sadiki
- 60kg Benjamin Breu
- open Daniel Zimmerli von Dojo Mahari Kriens

7 Teams nahmen teil und kämpften in 2 Pools, darin jedes gegen jeden. Unsere erste Begegnung war gegen den 2. Platzierten, Tacho 1, aus Sursee. Wir verloren mit 4:6.

Auf dem Foto erkennt man Benjamin Breu, welcher sich mit akrobatischen Kunststücken gegen einen Wurf wehrt (mit Erfolg☺).

In der zweiten Begegnung hatten wir die Gastgeber, den JC Gütsch. Nach einem schönen Sieg durch Basil Weiss mussten die Anderen Niederlagen einstecken und somit blieb der Weg auf das Podest verwehrt.

Trotzt den langen Wartezeiten und dem Platzmangel, aufgrund der vielen Zuschauer, war es schön, dass unser Club eine Mannschaft zusammenbrachte.

Bericht von Claudia Birrer



Helfer-, TK- und Vorstandssessen

Das Essen fand im Restaurant Listrig mit 26 Personen statt. Es war ein schöner und lustiger Abend und es fanden rege Diskussionen statt.



JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Clubmeisterschaft SHIAI 2008

Die 2. Runde der Clubmeisterschaft begann mit einer kleinen Verspätung. Trotz dieser Startverzögerung konnte die verlorene Zeit wett gemacht werden und schlussendlich lief alles nach Zeitplan, so dass wir schöne und faire Kämpfe sehen konnten.

Rangliste Gruppe Schüler

Schüler LEICHT

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Gasser Jan	13	50
2	Sadiki Samir	10	50
3	Sadiki Monir	7	30
3	Wenz Phiip	2	7
5	Niederberger Patrick	0	0
	Schmidiger Robin	0	0
7	Maritz Chantal		
	Terzis Michelle		



Schüler MITTEL

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Bucher Marco	14	56
2	Röllin Lukas	12	55
3	Müri Dominik	8	40
3	Bitzi Lukas	6	30
5	Barbana Nicola	4	20
6	Dali Remo	0	0
7	Ruckli Silvio		
	Steiner Silas		

Schüler SCHWER

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Gasser Pascal	14	55
2	Stamboljia Slavisa	10	50
3	Schwingruber Tim	8	40
3	Burch Stefan	6	30
5	Costantini Lukas	0	0





JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Rangliste Gruppe Jugend



Jugend LEICHT

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Lehmann Andreas	12	60
2	Breu Benjamin	8	40
3	Hagmann Seline	2	7
3	Schumacher Priscilla	2	3

Jugend SCHWER

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Dellagiacoma Pascal	16	80
2	Kilchmann Beat	12	53
3	Schär Simon	9	40
3	Ineichen Ken	7	35
5	Fritz Michael	7	28
6	Schmidiger Stefanie	6	23
7	Schmidiger Alexandra	4	20



Techniker-Preis 2008

Gruppe Schüler

1	Sadiki Samir	111
2	Bucher Marco	100
3	Gasser Jan	96
4	Röllin Lukas	81
5	Bitzi Lukas	73
6	Stambolija Slavisa	69
7	Sadiki Monir	68
8	Müri Dominik	61
9	Gasser Pascal	59
9	Barbana Nicola	55
11	Schwingruber Tim	54
12	Burch Stefan	34
13	Wenz Philip	14
14	Costantini Lukas	2
15	Dali Remo	0
16	Niederberger Patrick	0



Gruppe Jugend

1	Kilchmann Beat	76
2	Breu Benjamin	68
3	Lehmann Andreas	62
4	Schär Simon	46
5	Dellagiacoma Pascal	29
6	Hagmann Seline	11
7	Ineichen Ken	2
8	Schumacher Priscilla	-5





JUDO CLUB EMMENBRÜCKE





JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Gurtprüfungen

柔道 JUDO				柔術 JU JITSU	
1. Kyu - Braun					
2. Kyu - Blau					
3. Kyu - Grün					
Breu Benjamin	17.12.2008	Ghonda Ronny	17.12.2008		
Bucher Marco	17.12.2008	Räber Simon	17.12.2008		
Gasser Pascal	17.12.2008	Suppiger Michelle	22.12.2008		
4. Kyu - Halbgrün					
4. Kyu - Orange					
Andriamisalalao Jira	05.12.2008	Schranz Raphael	25.06.2008	Bachmann Mathias	11.12.2008
Gasser Jan	22.09.2008	Stambolija Slavisa	25.06.2008	Stäuble Gregor	22.10.2008
Portmann André	16.12.2008			Valles Sarah	11.12.2008
5. Kyu - Halborange					
Costantini Lukas	22.09.2008	Schmidiger Michelle	05.12.2008		
Link Ramon	22.09.2008	Schmidiger Robin	05.12.2008		
Ramisberger Nives	05.12.2008	Schumacher Priscilla	05.12.2008		
Ramisberger Janik	05.12.2008				
5. Kyu - Gelb					
Frey Dominik	22.09.2008	Schorno Joel	22.09.2008	Bachmann Ramona	19.06.2008
Lötscher Astrid	22.12.2008	Sigrist Felix	22.09.2008	Ittig Steven	19.06.2008
Macor Stefan	22.09.2008	Steiner Silas	22.09.2008	Ulrich Patrick	19.06.2008
Sadiki Leila	22.09.2008			Valles Melanie	19.06.2008
6. Kyu - Halbgelb					
Bitzi Lukas	30.06.2008	Müri Dominik	30.06.2008		
Dali Remo	18.06.2008	Niederberger Patrick	22.09.2008		
Kauffmann Matthias	30.06.2008	Röllin Lukas	30.06.2008		
Kauffmann Fabienne	22.09.2008	Schnider Mario	18.06.2008		
Mahler Céline	18.06.2008	Streuli Nick	30.06.2008		
Maritz Chantal	30.06.2008	Wögerbauer Matthias	30.06.2008		
Müller Linus	30.06.2008	Wolf Raphael	30.06.2008		

Herzliche Gratulation! Weiter so...



JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Information Dojo-Sanierung

Unsere Dojo-Decke ist immer noch in einem miserablen Zustand.

Gasser André und Baumgartner Peter sind nicht glücklich über diesen Zustand und machen alles Menschenmögliche, dass die Sicherheit für unsere Mitglieder bald wieder gewährleistet ist.

Das Ziel war, dass wir im Jahr 2009 eine neue, sichere Decke haben. Leider ist es uns nicht gelungen dies zu verwirklichen. Wie so oft sind die Kosten einer der Hauptgründe. Wir haben gehofft, dass die Gemeinde Emmen uns bei der Finanzierung unter die Arme greifen würde.

Diesbezüglich stehen wir nach wie vor in Verhandlungen mit der Gemeinde und kämpfen um finanzielle Unterstützung. In diesem Zusammenhang wurden noch einige neue Offerten eingeholt.

Unser Wunschziel ist es, bis zu unserem Turnierwochenende eine neue Decke haben. Ob dies verwirklicht werden kann, steht allerdings noch in den Sternen geschrieben. Klar ist, dass im Jahr 2009 die Decke auf jeden Fall saniert wird.

Für jede kleine und grosse Spende sind wir sehr dankbar!

Vielen Dank für euer Verständnis und eure Rücksicht. Wir hoffen auf ein weiterhin unfallfreies Trainieren.





JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

44. ordentliche Generalversammlung 2009

Freitag, 27. März 2009

Landrestaurant Listrig, Emmenbrücke

Zur Generalversammlung sind alle Mitglieder ab dem 16. Altersjahr herzlich eingeladen.

Anmeldung und Anträge müssen bis am **Sonntag, 08. März 2009** an den Präsidenten eingereicht werden. **Anträge müssen schriftlich sein!!**

Antrag vom Vorstand (Statutenanpassung/-änderung):

ALT: Art. 12: Information nach aussen

1. Mitteilungsblatt

Der JCE gibt ein Mitteilungsblatt heraus. Dafür verantwortlich ist eine Redaktionskommission. Der Vorsitzende dieser Kommission wird von der GV gewählt.

Art. 14: Generalversammlung (GV)

6. Die GV wählt

- die Vorstandsmitglieder.
- **den Vorsitzenden der Redaktionskommission des Mitteilungsblattes**
- zwei Rechnungsrevisoren.
Die Amtsdauer beträgt 2 Jahre. Mit Ausnahme der Rechnungsrevisoren ist Wiederwahl möglich.

Art. 15: Der Vorstand

2. Wahlgeschäfte

Der Vorstand wählt:

- auf Antrag der technischen Leitung: die Coaches der Kampfmannschaften und die Trainer.
- einen J+S-Verantwortlichen.
- einen Verantwortlichen für Belange der Damen und einen für Belange der Schüler
- einen Materialverwalter.
- Delegierte in den SJV und in Regionalvereinigungen. Er gibt ihnen Instruktionen.

NEU: Art. 12: Information nach aussen

1. Mitteilungsblatt/Newsletter

Der JCE gibt ein Mitteilungsblatt/Newsletter heraus. Dafür verantwortlich ist eine Redaktionskommission. Der Vorsitzende dieser Kommission wird vom Vorstand gewählt.

Art. 14: Generalversammlung (GV)

6. Die GV wählt

- die Vorstandsmitglieder.
- den Vorsitzenden der Redaktionskommission des Mitteilungsblattes
- zwei Rechnungsrevisoren.
Die Amtsdauer beträgt 2 Jahre. Mit Ausnahme der Rechnungsrevisoren ist Wiederwahl möglich.

Art. 15: Der Vorstand

2. Wahlgeschäfte

Der Vorstand wählt:

- auf Antrag der technischen Leitung: die Coaches der Kampfmannschaften und die Trainer.
- einen J+S-Verantwortlichen.
- einen Verantwortlichen für Belange der Damen und einen für Belange der Schüler
- **den Vorsitzenden der Redaktionskommission des Mitteilungsblattes/Newsletter.**
- einen Materialverwalter.
- Delegierte in den SJV und in Regionalvereinigungen. Er gibt ihnen Instruktionen.



JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Termine

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

Kata Training	08.01.09	20:00 bis 21:30 Uhr
Technisches Training	22.01.09	20:00 bis 21:30 Uhr
Kata Training	05.02.09	20:00 bis 21:30 Uhr
Kata Training	05.03.09	20:00 bis 21:30 Uhr
Technisches Training	19.03.09	20:00 bis 21:30 Uhr
Kata Training	02.04.09	20:00 bis 21:30 Uhr
Technisches Training	30.04.09	20:00 bis 21:30 Uhr
Kata Training	14.05.09	20:00 bis 21:30 Uhr
Technisches Training	28.05.09	20:00 bis 21:30 Uhr
Kata Training	04.06.09	20:00 bis 21:30 Uhr
Technisches Training	25.06.09	20:00 bis 21:30 Uhr

Termine 2009:

Vorstands-Sitzung 03/08	16.01.09	20:00 Uhr im Korn-Café
Tech. Kurs mit Silvia Soave	31.01.09	Anmeldung: bis 24.01.09
TK-Sitzung	12.02.09	20:15 Uhr im Rest. Landhaus
Fasnachtsferien	14.02.09 bis 01.03.09	
J+S FK Filzbach	28.02.09 bis 01.03.09	
18. EPK	13.03.09	20:00 Uhr im Emmenbaum
Clubmeisterschaft 1. Runde	14.03.09	Anmeldung: bis 01.03.09
Aufstellen Turnierweekend	21.03.09	Anmeldung: bis 08.03.09
2. Fighting Turnier, E'brücke	22.03.09	Anmeldung: bis 08.03.09
8. Duo System Turnier, E'brücke	22.03.09	Anmeldung: bis 08.03.09
23. ZSMC, E'brücke	23.03.09	Anmeldung: bis 08.03.09
44. GV JC Emmenbrücke	27.03.09	Anmeldung: bis 08.03.09
Osterferien	10.04.09 bis 26.04.09	
29. Int. Tech. Judolager Fiesch	13.04.09 bis 18.04.09	Anmeldung: bis 22.03.09
25. Int. Katalager Fiesch	21.05.09 bis 24.05.09	Anmeldung: bis 27.04.09
Sommerferien	11.07.09 bis 23.08.09	
Herbstferien	03.10.09 bis 18.10.09	
Anfängerkurs Kinder	19.10.09 bis 21.12.09	
Clubmeisterschaft 2. Runde	28.11.09	Anmeldung: bis 15.11.09
Weihnachtsferien	24.12.09 bis 03.01.10	

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



Vielen Dank für die Aufmerksamkeit!



Redaktion:

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



EMMEN. Überraschend sportlich.



JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Trainingszeiten:

Wochentag	Zeit	Gruppe	Training	verantwortlicher Trainer / Trainerin	Trainerin / Trainer
Montag	17:45–18:45	8 – 11 J.	Judo Kinder	André Gasser	Peter Baumgartner
.	18:45–20:15	12– 17 J.	Judo Jugend	Peter Baumgartner	Markus Lienhard
(Anmerkung)	20:15–21:30	.	freies Training	höchstgradierter Judo- oder Jiuka	.
Dienstag	19:45–21:15	ab 14 J.	Techn. Training	Markus Lienhard (G)	Peter Baumgartner
Mittwoch	17:00–18:15	8 – 11 J.	Judo Kinder	Claudia Birrer	Marlis Birrer
.	18:30–19:45	12 - 17 J.	Judo Jugend	Peter Baumgartner	.
.	20:00–21:30	ab 16 J.	Ju Jitsu Erwachsene	Marcel Wallimann	Marco Limacher (G) Marlis Birrer
Donnerstag	18:15–19:30	10 – 16 J.	Ju Jitsu Jugend	Marcel Wallimann	Marlis Birrer
(Anmerkung)	20:00–21:30	ab 16 J.	1x Kata und 1x Techn. Training pro Monat	Sylvia Soave (G)	.
Freitag	17:30–19:00	8 – 11 J.	Judo Kinder	Jeannette Schmidiger	.
Samstag (Anmerkung)	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:

Name	Vorname	Strasse	Plz	Ort	Tel P	Mobil	E-Mail
TrainerIn							
Baumgartner	Peter	Ober Riffig 10	6020	Emmenbrücke		079 302 66 62	baumgartner_peter@bluewin.ch
Birrer	Claudia	Bühlstrasse 3	6020	Emmenbrücke	041 280 30 42	076 522 52 85	fidobirrer@hotmail.com
Foschini	Antonio	Hochdorferstrasse 3	6020	Emmenbrücke	041 280 78 29	076 469 84 76	foschiniantonio3c@web.de
Gasser	André	Luzernstrasse 82	6105	Malters	041 497 33 75	076 435 82 87	a.gasser@sunrise.ch
Lienhard	Markus	Gilamstrasse 9b	4665	Oftringen		079 693 96 11	markus.lienhard@gmx.ch
Schmidiger	Jeannette	Gutenegg	6125	Menzberg	041 494 07 09	078 883 84 49	js@willi-schmidiger.ch
Wallimann	Marcel	Schönggrund 13	6343	Rotkreuz	078 824 47 50		mwallimann@sunrise.ch
Birrer	Marlis	Erlenstrasse 22	6020	Emmenbrücke	041 280 69 42		

J&S Coach

Scheidegger	Daniela	Gilamstrasse 9b	4665	Oftringen		079 644 94 44	stachelrocheli@gmail.com
-------------	---------	-----------------	------	-----------	--	---------------	--------------------------

SV Schulen Emmen

Moutagano	Ursula	Fildernrain 22	6030	Ebikon	041 440 10 41	079 640 65 27	
-----------	--------	----------------	------	--------	---------------	---------------	--

Vorstand

Präsident							
Gasser	André	Luzernstrasse 82	6105	Malters	041 497 33 75	076 435 82 87	a.gasser@sunrise.ch
Vize-Präsident							
Baumgartner	Peter	Ober Riffig 10	6020	Emmenbrücke		079 302 66 62	baumgartner_peter@bluewin.ch
Finanzen							
Gerig	Karin	Gass 1	6331	Hünenberg	041 781 49 19	079 371 33 65	karin.gerig@bluewin.ch
TK Judo							
Riedweg	Michael	Eschenbachstrasse 55	6023	Rothenburg	041 210 14 53	079 693 95 11	michi.riedweg@bluewin.ch
TK Jiu							
Wallimann	Marcel	Schönggrund 13	6343	Rotkreuz	078 824 47 50		mwallimann@sunrise.ch
Aktuarin							
Scheidegger	Daniela	Gilamstrasse 9b	4665	Oftringen		079 644 94 44	stachelrocheli@gmail.com



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 Judo Techniken 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 Judo Techniken verstehen.
- Die Judokas wissen, dass Judo Techniken 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

Peter Baumgartner
Ober-Riffig 10
6020 Emmenbrücke
079 302 66 62
ok.jcemmenbruecke@gmail.com
www.jcemmenbruecke.ch

Emmenbrücke, 28. Dezember 2008

Turnier-Wochenende 2009 2. Fighting Turnier / 8. Duo System Turnier / 23. ZSMC

Geschätzte Vereinsmitglieder und Judo/Ju-Jitsu Freunde

Unser Turnier-Weekend steht bald vor der Tür. Für dieses Wochenende brauchen wir tatkräftige Unterstützung von Dir!

Einsatzmöglichkeiten:

• Aufstellen	Freitag, 20. März 09	19:30 bis ca. 22:00 Uhr
• Dojobeizli	Samstag, 21. März 09	08:00 bis ca. 18:00 Uhr
	Sonntag, 22. März 09	07:30 bis ca. 16:00 Uhr
• Richtertisch Fighting	Samstag	09:00 bis ca. 14:00 Uhr
• Richtertisch Duo System	Samstag, 21. März 09	12:00 bis ca. 17:00 Uhr
• Wiegen	Sonntag, 22. März 09	07:45 bis 09:00 Uhr
• Richtertisch ZSMC	Sonntag, 22. März 09	09:00 bis ca. 16:00 Uhr
• Abbau	Sonntag, 22. März 09	ca. 16:00 bis ca. 17:30 Uhr

Kann ich mit Dir als Helfer zählen?

Ich bin Dir dankbar, wenn ich Deine Anmeldung bis am **Sonntag, 08. März 2009** bekomme.

Vielen Dank für Deine Zeit und Mithilfe.

Judo Club Emmenbrücke
OK-Turnierweekend / ZSMC

Peter Baumgartner

✂-----

Anmeldetalon **HELPER ZSMC** 2009

Name: Vorname:

Handy Nr. Einsatz:

E-Mail:

zsmc@jcemmenbruecke.ch
JCE Helfer 2009



EMMEN. Überraschend sportlich.



Judo Club Emmenbrücke
Präsident
André Gasser
Luzernstrasse 82
6102 Malters
041 / 497 33 75
a.gasser@sunrise.ch

Judo Club Emmenbrücke
OK-Turnierweekend
Peter Baumgartner
Ober-Riffig 10
6020 Emmenbrücke
079 / 302 66 62
ok.jcemmenbruecke@gmail.com

www.jcemmenbruecke.ch

Emmenbrücke, 28. Dezember 2008

2. FIGHTING, 8. DUO SYSTEM und 23. ZSMC TURNIER in Emmenbrücke

Geschätzte Damen und Herren,
geschätzte Sponsoren und Gönner,
liebe Judo/Ju-Jitsu Freunde

Info zum Anlass

Datum: Samstag 21.03.09 und Sonntag 22.03.09
Ort: Krauerschulhaus neu Turnhalle, Haldenstrasse 1, 6020 Emmenbrücke
Zeit: Samstag 08.00 Uhr bis 17.00 Uhr
Sonntag 08.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Teilnehmer:

- Samstag: Fighting Turnier
Kämpfer aus der ganzen Schweiz
- Samstag: Duo System Turnier
Ju-Jituskas aus der ganzen Schweiz
- Sonntag: Zentralschweizer Mannschafts-Cup
Judokas aus der Zentralschweiz

Die Organisation solcher Turniere erfordert neben einem enormen zeitlichen auch einen grossen finanziellen Aufwand. Es ist unser Ziel, einen Teil dieser Aufwendungen mit Sponsorenbeiträgen zu finanzieren. Wir erlauben uns, auch Sie um einen Sponsorenbeitrag anzufragen.

Die verschiedenen Möglichkeiten, wie Sie uns unterstützen können, sind auf dem beiliegenden Blatt zusammengestellt.

Der Judo Club Emmenbrücke dankt Ihnen für die Unterstützung. Bei Fragen oder Anregungen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Sportlichen Grüssen

Judo Club Emmenbrücke
Präsident


André Gasser

Judo Club Emmenbrücke
Vize-Präsident / OK-Turnierweekend


Peter Baumgartner



Allgemeines:

Die Banden werden am Freitagnachmittag abgeholt und am Montagnachmittag wieder zurück gebracht.

Jeder Sponsor und Gönner wird auf unserer Homepage, durch Lautsprecherdurchsagen und in schriftlichem Aushang in der Halle am Turnier Tag namentlich erwähnt.

Den Unterstützungsbeitrag können Sie auf das unten aufgeführte Konto bei der Raiffeisenbank Rothenburg überweisen.

Der Talon bitte an Gasser André oder Baumgartner Peter (Briefkopf) zuschicken.

Wir danken Ihnen im Voraus ganz herzlich für Ihre Unterstützung und freuen uns, Sie an einem oder beiden Tagen begrüßen zu dürfen.

Bei Fragen geben wir gerne Auskunft.

Bankkonto

Raiffeisenbank Rothenburg, 6023 Rothenburg

Clearing: 81204

Kto: 6884338

z.h. Judo Club Emmenbrücke, 6020 Emmenbrücke

PC-Kto: 60-4021-5



EMMEN. Überraschend sportlich.



Ihre Möglichkeiten, den JC Emmenbrücke zu unterstützen

Geschäft:

Name / Vorname:

Adresse:

Tel:

Für Judo

- ☐ 1 Medallensatz Fr. 100.-
- ☐ Pokale Mannschaft Judo
 - ☐ 1. Rang Fr.100.- ☐ 2. Rang Fr.75.- ☐ 3. Rang Fr. 50.-

Für Jiu-Jitsu

- ☐ 1 Medallensatz Fr. 50.-

Für Turnierwochenende

- ☐ Bandenwerbung für 2 Tage Fr. 200.-
- ☐ oder Gönnerbeitrag von Fr. 20.- und mehr Fr.