JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Themen:

- Pilatus Cup 2013, Ju Jitsu
- Clubmeisterschaft 2. Runde 2013
- Hochzeiten
- Rigi Open 2013, Ju Jitsu
- Vereinsausflug 2013
- Herbstsportwoche
- Lozärner Göp
- Gütsch-Spezi
- Vereins-Austritt
- Mitgliederbeitrag und Tarife 2014
- Hygiene im Dojo
- Termine
- Verschiedenes

Ju-Jitsu Pilatus Cup 2013

Interessante Fights, begeisterte Stimmung und tolle Organisation

Ju-Jitsu in der Zentralschweiz hat schon längstens Tradition und steht jeweils im Frühling im Mittelpunkt. Zum zweiten Mal wurde das Turnier am Fuss des Pilatus, in Kriens, organisiert.

Das seit Jahren bewährte OK übernahm einmal mehr die Durchführung des Pilatuscups und somit konnte die Organisation absolut überzeugen. Am Morgen standen die Duo-Kämpfer auf den Tatami und am Nachmittag zeigten die Fighter ihr Können.

Rund 70 Kämpferinnen und Kämpfer aus der ganzen Schweiz trafen sich, um ihr können zu präsentieren.

Im Duo-System konnte vor allem die U18 Kategorie als grösste Kategorie aufzeigen, dass der Ju-Jitsu Nachwuchs auf dem Vormarsch ist.
Bei den Erwachsenen standen wenige Athleten, dafür die Creme de la creme, auf den Tatami.
Unter ihnen die zweifachen Weltmeisterinnen Antonia und Alexandra Erni, sowie die U21 Weltmeister Florian und Mathias Bachmann, aber auch zahlreiche Athletinnen und Athleten.
Zum Höhepunkt des Duo Wettkampfes gab es einen Fight zwischen den Geschwister Erni und Bachmann, Duo-System auf Weltspitze-Niveau, einfach grandios. Ausdrucksstark und mit viel Power demonstrierten sie ihre Techniken.

Eine spannende Begegnung wie jedes Mal. Nach vier tollen Serien konnten sich Erni/Erni mit einem Punkt Vorsprung gegen Bachmann/Bachmann durchsetzen und gewannen diesen "Super-Fight"!

Beim Fighting-System, mit Teilnehmerrekord, konnten viele intensive, explosive und engagierte Kämpfe bestaunt werden. Vor allem die Nachwuchs Kategorien waren gut besetzt. Auf faire Weise wurde sich nichts geschenkt und jede Lücke und Unachtsamkeit des Gegners ausgenützt um zu Punkten. Jeder konnte für sich weitere Erfahrungen sammeln um in seinem Training weitere Schwerpunkte zu setzen. Die Auseinandersetzung mit einem Gegner, der ebenfalls seine Punkte holen möchte, zeigt die Tücken dieses Systems auf.

Die Organisatoren, des Judo Club Emmenbrücke und dem Dojo-Mahari in Kriens, sind sehr zufrieden mit diesem gelungenen und unfallfreien Anlass und werden nächstes Jahr, am 31. Mai 2014, bereits den 3. Ju-Jitsu Pilatus Cup austragen.

Clubmeisterschaft SHIAI 2. Runde 2013

Am Freitag, 28. Juni 2013, war es wieder soweit, die 2. Runde der Clubmeisterschaft wurde durchgeführt. Die leichteste Kategorie wurde im Dojo JC Emmenbrücke ausgeführt und die anderen zwei Kategorien wurden beim JJJC Horw in der Horwer Halle austragen.
Vielen Dank an die Teilnehmer und Helfer.

bis 30 kg

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Buchmann Silas	16	74
2	Botta Claudio	12	54
3	Stojanovic Srdjana	8	32
3	Gasser Lisa	4	15
5	Huber Tim	0	0

bis 70 kg

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Bitzi Lukas	14	70
2	Schwingruber Tim	6	30
3	Niederberger Patrick	4	17
3	Passafaro Loris	3	10
5	Gasser Jan	1	0

plus 71 kg

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Kilchmann Beat	9	40
2	Fritz Michael	7	30
3	Dellagiacoma Pascal	6	30
3	Gasser Pascal	2	7

Zwischen-Rangliste nach 2 Runden

bis 30 kg

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Buchmann Silas	32	143
2	Botta Claudio	18	84
3	Kullin Miron	9	40
3	Stojanovic Srdjana	8	32
5	Huber Tim	8	22
6	Gasser Lisa	5	15

bis 70 kg

	Name	Siegpkt	Wertpk
1	Bitzi Lukas	20	100
2	Passafaro Loris	15	70
3	Niederberger Patrick	10	47
3	Gasser Jan	7	27
5	Schwingruber Tim	6	30
6	Angst Mischa	2	10
7	Köchli Dominik	0	0

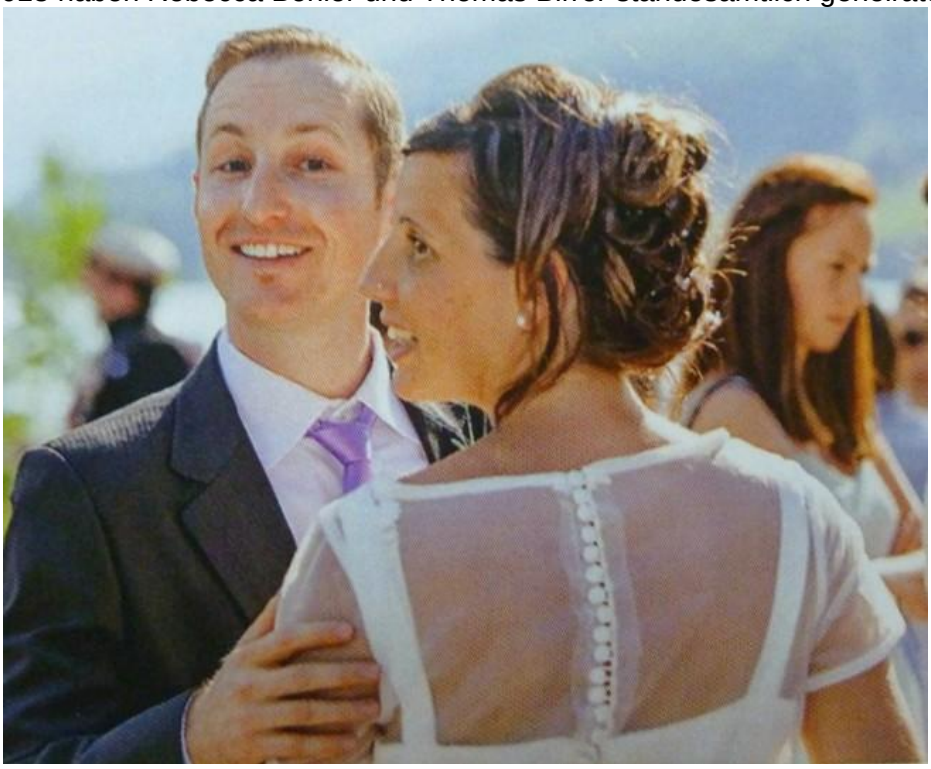
plus 71 kg

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Fritz Michael	17	72
2	Dellagiacoma Pascal	14	70
3	Kilchmann Beat	9	40
3	Gasser Pascal	6	27
5			

Hochzeiten

Dieses Jahr wagten gleich zwei Personen aus unserem Verein den Schritt in die Ehe.

Am 07. Juni 2013 haben Rebecca Böhler und Thomas Birrer standesamtlich geheiratet.



Am Freitag, 16.08.2013 haben sich Cornelia Riedweg und Peter Baumgartner das JA-Wort geben. So wie es bei uns üblich ist, waren wir zahlreich Spalier stehen.

Ju-Jitsu Rigi Open 2013

Nach 3 gewonnenen Vorkämpfen gegen 2 schweizer und ein deutsches Team standen Florian und Mathias Bachmann ein weiteres Mal im Final gegen die Weltmeisterinnen Antonia und Alexandra Erni. Nach einer zweifachen Verlängerung konnten sie jedoch knapp, mit 1.5 Punkten Vorsprung, den Kampf und somit den Sieg für sich entscheiden.

Auch das 12. Rigi Open ging äusserst erfolgreich über die Bühne. Tolle Kämpfe, super Stimmung, attraktive Shows.

Das diesjährige Rigi Open war für Teilnehmer und Publikum wiederum ein vielfältiges und spannendes Erlebnis. Die Ju-Jitsu Kämpfer/innen beeindruckten mit ihren blitzschnell und kraftvoll ausgeführten Wettkampftechniken die zahlreich erschienenen Zuschauer. Im Weiteren gab es mit einer powervollen und vielseitigen Vorführung durch die intuniX dancecrew eine attraktive Abwechslung, in welcher Körpergefühl und –kontrolle wie beim Kampfsport ebenfalls elementar sind.

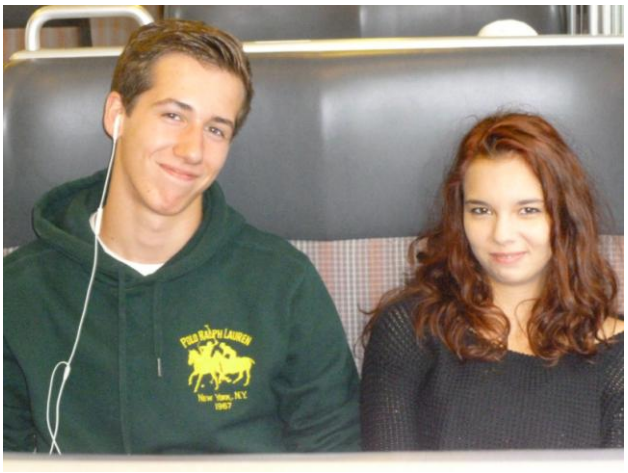
Die Stimmung in der Halle erreichte bei den Finalkämpfen ihren Höhepunkt. In der Kategorie Elite beeindruckten Bachmann Florian/Bachmann Mathias (JC Emmenbrücke) die Jury in der Verlängerung am meisten und siegten im Final knapp gegen Erni Alexandra/Erni Antonia (JJJC Kiai Cham). In der Kategorie U18 setzten sich Francioni Dario/Weber Joel (BC Dojo Mahari Kriens) erfolgreich gegen Cardi Gian-Luca/Spreng Luca (JJC Steffisburg) durchsetzen. Bei den Kleinsten (U14) ging das deutsche Team Jarosch David/Pavlinski Pavel (JJKV Rastatt DE) gegen die Berneroberländer Müller Stefanie/Steiner Sharon (JJC Steffisburg) siegreich von den Matten.

Die Teilnehmerzahl am diesjährigen Rigi Open blieb im Vergleich zum Vorjahr, trotz Abwesenheit der österreichischen Delegation, konstant. Die grösste Delegation reiste erstmals aus Steffisburg an. Darunter auch das Team Wyss Lea und Spreng Chiara, die mit dem Spezialpreis „jüngste Teilnehmer“ (Jahrgang 2003 und 2002) ausgezeichnet wurden.

Wir gratulieren euch zur GOLD-Medaille!

Vereinsausflug

Bei blauem Himmel und warmen Temperaturen konnten wir unser Vereinsausflug am Sonntag, 22. September 2013 durchführen. Wir (26 Mitglieder/Nichtmitglieder) besuchten einen Tag lang den Basler Zoo, wo wir noch eine persönliche Führung geniessen durften. Vielen Dank an alle die teilgenommen haben und ein herzliches Dankschön an André Gasser für die Organisation.



Herbstsportwoche 2013

Die Herbstsportwoche ist kaum noch wegzudenken. Auch dieses Jahr fanden zwei Lektionen mit je zehn SchülerInnen statt. Das Echo war gut, leider konnten wir dieses Jahr trotzdem nicht mehr SchülerInnen für den Anfängerkurs begeistern. Ein grosses Dankeschön geht an die Trainer (André Gasser und Peter Baumgartner), die dies ermöglicht haben.

Lozärner Göp 2013

Am Freitagabend, 11. Oktober 2013, hat shin do kan Luzern zum dritten Lozärner Göp (Regionales Judo-Elite Turnier) eingeladen. Unser Verein war mit zwei Kämpfern (Bitzi Lukas und Kilchmann Beat) am Start.

Gütsch-Spezi 2013

Am Sonntag, 3. November 2023, fand das Gütsch-Spezi in Littau statt. Unser Club war mit zwei Trio-Mannschaften dabei.

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.

Das Austrittsformular kann vom Internet (www.jcemmenbruecke.ch) heruntergeladen, bei deinem Trainer/Trainerin oder bei Peter Baumgartner verlangt werden.

Mitgliederbeitrag und Tarife 2014

Aufgrund der Lizenzerhöhung des Schweizerischen Judo & Ju-Jitsu Verbandes (SJV) per 01.01.2014 sind wir leider gezwungen, unsere Beiträge/Tarife anzupassen.
Die Beiträge/Tarife werden ab 01.01.2014 in Kraft gesetzt und am 28.03.2014 an der 49. Generalversammlung (GV) zur Abstimmung vorgelegt.
Falls die Erhöhung an der GV abgelehnt wird, wird der Judo Club Emmenbrücke den Differenzbetrag rückvergüten.

Mitgliederbeitrag und Tarife 2014 JC Emmenbrücke	**Franken**
Anfängerkurs Kinder bis 13 Jahre (pro Training) Anfängerkurs Jugend 14 - 20 Jahre (10 Trainings) Anfängerkurs Erwachsene ab 21 Jahren (10 Trainings)	10.-- 110.-- 130.--
Jahresbeitrag Kinder (bis 13 Jahre) Jahresbeitrag Jugend (14 - 20 Jahre) Jahresbeitrag Erwachsene ab 21 Jahren Jahresbeitrag Gastmitglieder Jahresbeitrag Passivmitglieder **Jahresbeiträge exkl. Jahreslizenz**	120.-- 150.-- 180.-- 100.-- 25.--
Judopass (einmalig) ab Gelbgurt Jahreslizenz SJV bis 13 Jahre Jahreslizenz SJV ab 14 Jahren **Jährlich wiederkehrende Jahreslizenz ab Gelbgurt obligatorisch**	30.-- 40.-- 70.--

Bei Fragen stehen wir euch gerne zur Verfügung.

SJV-Information

- *SERGEI ASCHWANDEN BEENDET SEIN ENGAGEMENT FÜR DEN SJV*
  Sergei Aschwanden steht leider ab Februar 2014 weder für Kurse noch für Projekte zur Verfügung, welche in Verbindung mit dem SJV stehen. Wir bedauern diese Situation ausserordentlich, danken Sergei herzlich für sein bisheriges Engagement für den SJV und wünschen ihm für die Zukunft alles Gute. Marcel Wegmüller und Andreas Santschi, Ausbildungschefs SJV
- NEUER PARTNER FÜR DEN SCHWEIZERISCHEN JUDO & JU-JITSU VERBAND
  Der Schweizerische Judo & Ju-Jitsu Verband freut sich über die neue Partnerschaft mit der Krankenkasse KPT. Lizenzierte SJV-Mitglieder und ihre im gleichen Haushalt lebenden Angehörigen profitieren von den starken Angeboten der KPT. Dank dem Kollektivvertrag erhalten Sie mehr als 20% Rabatt bei den Zusatzversicherungen. Und die KPT bietet auch in der Grundversicherung attraktive Prämien. Nehmen Sie sich Zeit und prüfen Sie Ihre Sparmöglichkeiten bei der KPT. Einen Online-Prämienrechner finden Sie hier. Berechnen Sie schnell und einfach Ihre Online-Kollektivprämie oder wählen Sie 058 310 98 70 und lassen Sie sich persönlich und unverbindlich beraten. Es lohnt sich.

Gurtprüfungen

柔道 JUDO				柔術 JU JITSU	
1. Kyu - Braun					
2. Kyu - Blau					
3. Kyu - Grün					
4. Kyu - Halbgrün					
Dali Remo	29.05.2013	Schnider Manuel	29.05.2013		
4. Kyu - Orange					
5. Kyu - Halborange					
Buholzer Andrin	29.05.2013				
5. Kyu - Gelb					
Burri Rahel	25.03.2013	Köchli Dominik	29.05.2013		
6. Kyu - Halbgelb					
Botta Claudio Buchmann Silas	25.03.2013 25.03.2013	Frei Sandro Gasser Lisa	25.03.2013 25.03.2013		

Herzliche Gratulation! Weiter so …

Hygiene im Dojo

Reinlichkeit ist eine Zier!

Sauberkeit des Körpers, Sauberkeit des Judogi, Ordnung im Tragen des Judogi.

- Komme nie barfuss zur Matte. Benutze für den Weg aus der Umkleidekabine Slipper, damit die Matte sauber bleibt.
- Vor Beginn des Trainings sollte man sich die Hände und Füsse waschen. Die Trainingspartner werden es danken.
- Bitte vor (nicht während) dem Training aufs WC gehen. Hände waschen!!
- Dein Judogi soll sauber und ohne Mängel sein. So schützt Du Deine Partner.
- Bei ansteckenden Erkrankungen der Füsse (Warzen, Fusspilz, etc.) soll in sauberen, rutschfreien, weissen Socken trainiert werden.
- Nach dem Training duschen und Körperpflege.

Termine 2013/2014

Clubmeisterschaft 3. Runde	29.11.13	Anmeldung:	17.11.2013
ZSJM in Sursee	01.12.13		
TK-Sitzung	13.12.13		
Weihnachtsferien	21.12.13 bis 05.01.14		
Trainingsweekend mit Gästen Kriens	28.12.13 bis 29.12.13		
Jahresabschluss-Essen	18.01.14		
Vorstands-Sitzung (Budget)	31.01.14		
Fasnachtsferien	22.02.14 bis 09.03.14		
49. Generalversammlung	28.03.14	Anmeldung:	09.03.2014
Clubmeisterschaft 1. Runde	04.04.14	Anmeldung:	23.03.2014
Osterferien	18.04.14 bis 04.05.14		
Judolager Fiesch	21.04.14 bis 26.04.14		
Winner-Turnier, Baar	01.06.14		
Swiss Ju Jitsu Day	21.06.14		
Swiss Judo Day	22.06.14		
Clubmeisterschaft 2. Runde	27.06.14	Anmeldung:	15.06.2014
Sommerferien	05.07.14 bis 17.08.14		
Ju-Jitsu Balkan Open	28.09.13		
Herbstferien	27.09.14 bis 12.10.14		

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

Spiele 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.

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.

Prinzipien des Judo

Professor Kano legte dem Judo zwei Prinzipien zu Grunde, **sei ryoku zen 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

Trainingszeiten

Wochentag	Zeit	Gruppe	Training	verantwortlicher Trainer / Trainerin	Trainerin / Trainer
Montag	17:45–18:45		Judo Kinder	André Gasser	Peter Baumgartner
.	18:55–20:20		Judo Jugend/Erwachsene	Peter Baumgartner	
(Anmerkung)	20:20–21:30	.	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	
.					
Donnerstag					
(Anmerkung)	20:00–21:30		freies Training	höchstgradierter Judo- oder Jiuka	.
Freitag	17:45–19:15		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		076 477 98 81	a.gasser@sunrise.ch
Herr	Fritz	Michael	Grüneggstrasse 24	6005	Luzern		079 489 93 20	michael_fritz@gmx.ch
				J&S Coach				
Herr	Schär	Simon	Spannortstrasse 14	6003	Luzern		078 894 09 65	simon.schaer@datazug.ch
				Raumplegerin / Materialwartin				
Frau	Birrer	Marlis	Listrigstrasse 14	6020	Emmenbrücke	041 280 69 42		
				Vorstand				
Präasident								
Herr	Gasser	André	Luzernstrasse 82	6102	Malters		076 477 98 81	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	Herbigstrasse 9	8267	Berlingen		076 454 50 28	ilona_zihlmann@yahoo.de
TK Judo/Jiu								
Herr	Schär	Simon	Spannortstrasse 14	6003	Luzern		078 894 09 65	simon.schaer@datazug.ch
Herr	Kilchmann	Beat	Spitzhof	6014	Luzern		079 690 78 54	beat_kilchmann@hotmail.com
Beisitzer (Stv. Finanzen)								
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.jcemmenbrucke@gmail.com