



# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE



## Themen:

- Clubmeisterschaft 1. Runde 2013
- Schweizer Meisterschaft Duo System
- Generalversammlung 2013
- Robi Rajh Open, Duo System
- Europameisterschaft, Duo System
- Winner Turnier, Judo
- Ju Jitsu Training
- Hygiene im Dojo
- Termine
- Verschiedenes



## Clubmeisterschaft SHIAI 1. Runde 2013

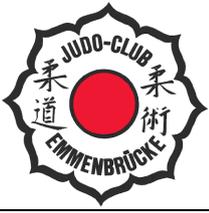
Am Freitag, 08. März 2013 war es wieder soweit, die 1. Runde der Clubmeisterschaft wurde durchgeführt. Dieses Mal wurde nur in drei Kategorien gekämpft.

Vielen Dank an die Teilnehmer und Helfer.

### bis 30 kg

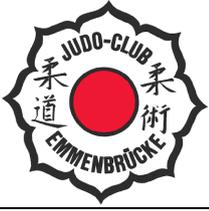
	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Buchmann Silas	16	69
2	Kullin Miron	9	40
3	Huber Tim	8	22
3	Botta Claudio	6	30
5	Gasser Lisa	1	0





# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE





# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

bis 60 kg

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Passafaro Loris	12	60
2	Niederberger Patrick	6	30
3	Gasser Jan	6	27
3	Köchli Dominik	0	0



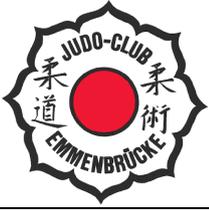


# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

## plus 61 kg

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Fritz Michael	10	42
2	Dellagiacomina Pascal	8	40
3	Bitzi Lukas	6	30
3	Gasser Pascal	4	20
5	Angst Mischa	2	10
6	Schwingruber Tim	0	0





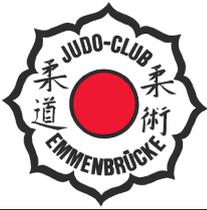
# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE





# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE





# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

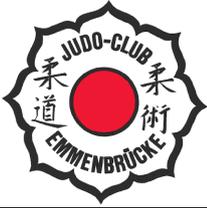
## Ju-Jitsu Schweizermeisterschaft 2013 in Winterthur (09.März 2013)

An der heutigen Ju-Jitsu Schweizermeisterschaft in Winterthur konnten Florian & Mathias Bachmann mit stetiger Steigerung von Kampf zu Kampf den Titel vom letzten Jahr erfolgreich verteidigen. Im schon fast legendären "Super-Fight" (welcher nicht zur Wertung des Turnieres zählte) gegen Antonia und Alexandra Erni musste BaBa sich knapp geschlagen geben. Der Sieg ging mit 101.5 zu 102.5 Punkten an Erni / Erni.

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



Florian & Mathias Bachmann mit Alexandra und Antonia Erni



# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

## Generalversammlung 2013

Die 48. Generalversammlung haben wir am Freitag, 22. März 2013, gut und zügig über die Bühne gebracht. Dieses Jahr waren 37 Mitglieder (von Jung bis Junggebliebene und viele Ehrenmitglieder) anwesend.

Mit dem folgenden Sprichwort eröffnet unser Präsident seinen Jahresbericht:



Hier einige Informationen:

### Jubiläen 2013

Als Mitglied

**5 Jahre:** Bitzi Lukas  
Dali Remo  
Kaufmann Matthias  
Niederberger Patrick  
Riedweg Cornelia  
Nanzer Matthias

**10 Jahre:** Gasser Pascal  
Ineichen Ken

**15 Jahre:** Birrer Thomas  
Zihlmann Ilona

**20 Jahre:** Ghonda Jean-Marie

**45 Jahre:** Schwarz Hans

Als Vorstand

**10 Jahre:** Baumgartner Peter

**28 Jahre:** Wallimann Marcel

### Mitgliederbestand 2013 (Stand 01.01.2013)

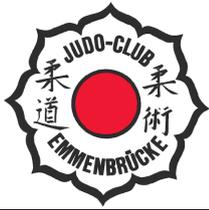
<b>Aktive:</b>		<b>75</b>
	Kinder	20
	Jugend 1	7
	Jugend 2	10
	Erwachsene	13
	Freimitglied	4
	Nachwuchstrainer	2
	TK	1
	Vorstand	5
	Ehrenmitglieder	8
	Gründer	5
<b>Pausierende</b>		<b>2</b>
<b>Passive:</b>		<b>17</b>
	Passiv	10
	Freimitglieder	7
<b>Gast:</b>		<b>6</b>
	Aktiv	1
	Trainer	3
	Freimitglied	2
<b>Total</b>	<b>Mitglieder</b>	<b>100</b>

### Kassabericht 2012

Der Gewinn beträgt CHF 160.41.

### Budget 2013

Für das Jahr 2013 wird ein Gewinn von CHF 70.00 budgetiert.



# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

## Wahlen

Die Revisoren sind: 1. Revisor: Simon Räber / 2. Revisor: Tim Schwingruber

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:**

Simon Schär (neu) und Beat Kilchmann (neu)

### **Aktuar:**

Peter Baumgartner (bisher)

### **Beisitzer:**

Myriam Zihlmann (bisher)

## Anträge

André Gasser und Peter Baumgartner stellen den Antrag, dass Marcel Wallimann als Ehrenmitglied in unserem Verein anerkannt wird. Marcel Wallimann beendet seine Vorstandslaufbahn in unserem Verein nach 28 Jahren. Vielen Dank für deine Leistung.

Der Antrag wird einstimmig angenommen.

Der Antrag über die Beiträge wurde angenommen. Die Beiträge sind seit 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.

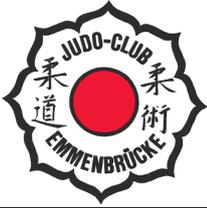
Jugendliche (über 16 Jahre) und Erwachsene erhalten für 50 und mehr Trainings einen Gutschein vom Emmen Center. Die Kinder (unter 16 Jahre) erhalten einen Osterhasen.

Gutscheine und Osterhasen gehen an:

1. Lukas Bitzi	109 Trainings	5. André Gasser	76 Trainings
2. Pascal Gasser	97 Trainings	6. Jan Gasser	72 Trainings
3. Patrick Niederberger	90 Trainings	7. Tim Schwingruber	68 Trainings
4. Marcel Wallimann	85 Trainings		

Weitere Gutscheine gehen an:

Claudia Birrer (Trainerin), Marlis Birrer (Trainerin), Michael Fritz (Trainer), Ilona Zihlmann (Vorstand) Myriam Zihlmann (Vorstand) und Peter Baumgartner (Vorstand).



# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

## Ju-Jitsu Robi Rajh Open in Maribor SLO (7. April 2013)

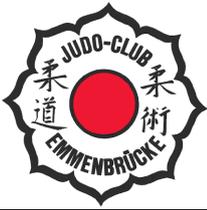


Podest Elite Duo Men

Auf dem Weg zur Europameisterschaft 2013 in Deutschland galt dieses Turnier als Vorbereitungsturnier sowie als Standortbestimmung für Florian & Mathias Bachmann. Nach drei gewonnen Kämpfen (2 Mal gegen Polen, 1 Mal gegen Österreich) gehörte der Sieg den Schweizern. Dies ist der Erste internationale Sieg in der Kategorie Duo Elite Men für Bachmann / Bachmann.

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

Antonia und Alexandra Erni (Cham) konnten sich die Silbermedaille bei den Damen erkämpfen. Jokl / Schönenberger holten bei Duo Mix die Bronze-Medaille. Nicolas Baez kämpfte bei den Fightern -85kg und holte den 5. Platz!  
Grandiose Leistung vom Schweizer Ju-Jitsu Nationalkader.



# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

## Ju-Jitsu Europameisterschaft 2013 in Walldorf GER (02. Juni 2013)

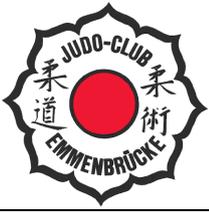
Bereits in der ersten Runde ihrer Kategorie legten Bachmann/Bachmann los wie die Feuerwehr. Das mussten sie auch, denn ihr erster Gegner versprach es ihnen gleich zu tun. Die amtierenden Weltmeister aus Deutschland wollten ebenfalls von Beginn weg zeigen, dass sie mit Ambitionen auf den Europameistertitel im eigenen Land ans Turnier gekommen waren. Den Schweizern gelang der Start nach Wunsch und sie konnten tolles Jiu abrufen. Bis in die Serie C herrschte Gleichstand und die Weltmeister waren ernsthaft unter Druck. In der Serie D machten die Lokalmatadoren den Sack aber zu und gewannen knapp mit 1.5 Punkten. Für die Zuschauer auf



den Rängen war aber klar, dass dieser Kampf bereits eine finalwürdige Affiche war und wohl eher ins Nachmittagsprogramm, sprich um die Kämpfe um Edelmetall gehört hätte.

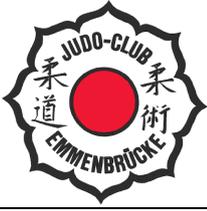
Den zweiten Kampf in der Hoffnungsrunde bestritten die jungen Schweizer gegen das ebenfalls junge Team Michelsen/Michelsen aus Belgien. Da Florian und Mathias mit der gleichen Einstellung und mit dem gleichen Feuer in den Kampf starteten, wurde diese Auseinandersetzung eine klare Sache. Sie siegten souverän und machten sich auf, gegen die routinierten Dänen im Kampf um Platz 3 anzutreten. Dieser Kampf endete ebenfalls klar mit dem besseren Ende für die Schweizer Juniorenweltmeister. Sie holten dank toller Stimmung durch die mitgereisten Schweizer Fans einen souveränen Sieg und sicherten sich den Platz auf dem Podest klar.

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



# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE





# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

## Winner Turnier 2013



Am Sonntag, 02. Juni 2013 wurde zum 14. Mal das Winner Turnier in Baar durchgeführt. Die Beteiligung von uns war ziemlich klein, lediglich ein Kämpfer wagte diesen Schritt ans Turnier. Lukas Bitzi schaffte in der Kategorie Jugend Knaben U18 den 3. Rang

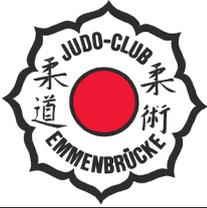
**Wir gratulieren dir zur BRONZE-Medaille!**



## Ju Jitsu Training

Wie vielleicht einige von euch bereits wissen, wird Marcel Wallimann nach den Sommerferien keine Jiu-Trainings mehr bei uns im Verein leiten. Marcel war lange als Trainer tätig und hinterlässt eine grosse Lücke. Nichts desto trotz möchten wir das Ju Jitsu-Angebot im Dojo des JC Emmenbrücke aufrecht erhalten. Der Vorstand ist diesbezüglich sehr bestrebt, einen Nachfolger / eine Nachfolgerin für das Jiu-Training zu finden. Leider konnte bisher noch niemand dafür gewonnen werden. Für die Jiuka's besteht jederzeit die Möglichkeit, die Judo-Trainings zu besuchen und weiter zu trainieren.

Sobald der Vorstand mehr weiss, wird er euch wieder darüber orientieren. Bei Fragen zum Thema Ju Jitsu-Trainer wendet euch an den Vorstand. Vielen Dank.

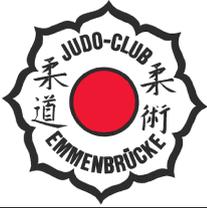


# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

## Gurtprüfungen

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

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



# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

## Clubmeisterschaft 2. Runde 2013

Die 2. Runde steht schon bald vor der Türe. An dieser Runde gibt es eine kleine Änderung, die „Leichtgewichte“ bis 30 kg werden die Kämpfe in unserem Dojo im Krauerschulhaus austragen. Die „Schwergewichte“ ab 50 kg werden ihre Kämpfe in Horw austragen. Der Transport wird organisiert. Diese Änderung kommt daher, weil Horw und Emmenbrücke den gleichen Termin für die Clubmeisterschaftsrunden angesagt haben und ein paar Kämpfer bei beiden kämpfen würden. Die 3. Runde wird dann wieder in unserem Dojo stattfinden.

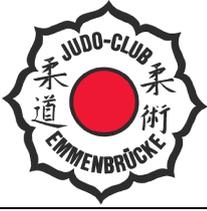
<b>Datum</b>	<b>FREITAG, 28. JUNI 2013</b>
<b>Anmeldeschluss</b>	bis <b>SONNTAG, 16. JUNI 2013</b>
<b>Auskunft / Anmeldung</b>	<b>Baumgartner Peter</b>

## 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.



# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

---

## Termine 2013

Regionalkadertraining 4, Kriens	08.06.13	
Ju-Jitsu Pilatus Cup 2013, Kriens	08.06.13	
Judo Pilatus Cup 2013, Kriens	09.06.13	
Rankingturnier, Uster	15.06.13	
Swiss Ju Jitsu Day	22.06.13	
Swiss Judo Day	23.06.13	
Clubmeisterschaft 2. Runde	28.06.13	Anmeldung: 16.06.2013
Regionaltrainingsweekend, Urnäsch	29.06.13 bis 30.06.13	
Regionalkadertraining 5, Kriens	06.07.13	
Sommerferien	06.07.13 bis 18.08.13	
Ju-Jitsu World Games, Cali	29.07.13 bis 31.07.13	
Hochzeit Peter und Cornelia	16.08.13	
Rankingturnier, Weinfeld	07.09.13	
Ju-Jitsu Rigi Open 2013, Udligenswil	14.09.13	
Ju-Jitsu Europacup, St. Petersburg	15.09.13	
Rankingturnier, Murten	21.09.13 bis 22.09.13	
Vereinsausflug	22.09.13	
Regionalkadertraining 6, Kriens	28.09.13	
Ju-Jitsu Balkan Open	28.09.13	
Herbstferien	28.09.13 bis 13.10.13	
Ju-Jitsu German Open	05.10.13	
Lozärner Göp, Judo	11.10.13	
Lozärner Göp, Fighting System	12.10.13	
Ju-Jitsu Combat Games	19.10.13 bis 26.10.13	
Regionalkadertraining 7, Kriens	26.10.13	
Regionalkadertraining 8, Kriens	09.11.13	
SEM, Fribourg	16.11.13 bis 17.11.13	
Ju-Jitsu Weltmeisterschaft	22.11.13 bis 24.11.13	
Talent-Day	23.11.13	
Clubmeisterschaft 3. Runde	29.11.13	Anmeldung: 17.11.2013
ZSJM in Sursee	01.12.13	
Weihnachtsferien	21.12.13 bis 05.01.14	
Trainingsweekend mit Gästen Kriens	28.12.13 bis 29.12.13	

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

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

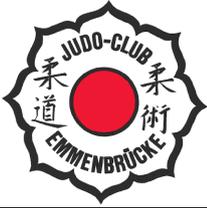


Sei bei allen Übungen und im Wettkampf konzentriert und voll bei der Sache. Entwickle eine positive Trainingseinstellung und übe fleissig.

### Respekt

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





# JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

---

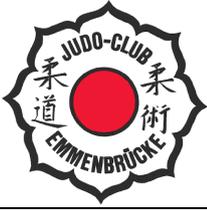
## **Dojo-Regeln**

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.

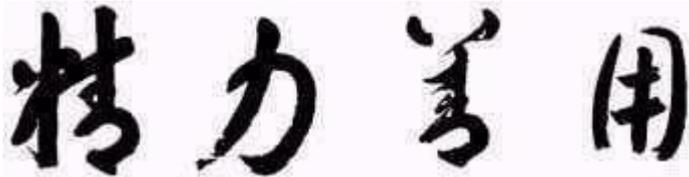
- Beim Betreten oder Verlassen der Matte grüsst man (RITSUREI).
- Am Anfang und Ende der Lektion grüssen sich der Trainingsleiter und die Schüler gemeinsam (ZAREI).
- Judoka sind höflich und hilfsbereit zueinander.
- Daher muss jeder mit jedem üben. Auch Grosse mit Kleinen, Schwere mit Leichten und Jungen 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

## 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

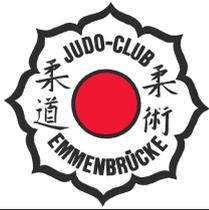


### Ji ta kyo ei - das moralische Prinzip

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	
<b>(Anmerkung)</b>	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	
.	20:00–21:30		Ju Jitsu Erwachsene	Marcel Wallimann	
Donnerstag	18:15–19:30		Ju Jitsu Jugend	Marcel Wallimann	
<b>(Anmerkung)</b>	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
<b>TrainerIn</b>								
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
Herr	Wallimann	Marcel	Schönggrund 13	6343	Rotkreuz	078 824 47 50		mwallimann@sunrise.ch
<b>J&amp;S Coach</b>								
Herr	Schär	Simon	Spannortstrasse 14	6003	Luzern		078 894 09 65	simon.schaer@datazug.ch
<b>Raumplegerin / Materialwartin</b>								
Frau	Birrer	Marlis	Listrigstrasse 14	6020	Emmenbrücke	041 280 69 42		
<b>Vorstand</b>								
Präsident								
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