

JUDO CLUB EMMENBRÜCKE



Themen:

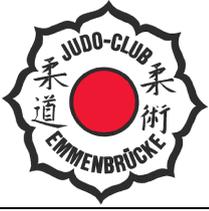
- Vereins-Wanderung
- Clubmeisterschaft 3. Runde 2016
- Herbstsportwoche
- Grittibänz backen
- Judo Handbuch
- SJV Information
- Anfängerkurse
- Schnupperlektionen
- Termine 2016
- Verschiedenes



Vereins-Wanderung

Am Samstag, 27. August 2016 bestritt eine kleine Gruppe des Judo Club Emmenbrücke eine Postenwanderung. Das Ziel befand sich auf dem Bauernhof der Familie Kilchmann. Nach dem gemütlichen Picknick und dem Bauernhofrundgang durften wir uns im Pool abkühlen. Vielen Dank an die Familie Kilchmann für den Tag auf ihrem Hof.





JUDO CLUB EMMENBRÜCKE





JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Clubmeisterschaft SHIAI 3. Runde 2016

Am Freitag, 16. September 2016, fand die 3. Runde der Clubmeisterschaft statt. Leider wurde nur in einer Kategorie um den Clubmeisterschaftstitel gekämpft. Die Schwergewichtler konnten nicht antreten. Vielen Dank an die Teilnehmer und Helfer.

bis 40 kg

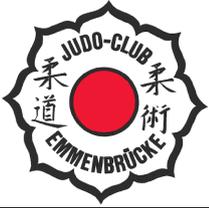
	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Schmidlin Cedric	14	70
2	Zumbach Yannick	12	57
3	Bühler Jason	10	50
3	Frei Sandro	8	40
5	Bühler Severin	6	30
6	Gasser Lisa	4	20
7	Oppliger Cyrill	2	10
8	Zumbach Luca	0	0





JUDO CLUB EMMENBRÜCKE





JUDO CLUB EMMENBRÜCKE



Zwischen-Rangliste nach 3 Runden

bis 40 kg

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Schmidlin Cedric	36	180
2	Zumbach Yannick	33	157
3	Bühler Jason	24	115
3	Frei Sandro	21	100
5	Bühler Severin	16	80
6	Gasser Lisa	6	30
7	Oppliger Cyrill	2	10
8	Zumbach Luca	0	0

plus 55 kg

	Name	Siegpkt	Wertpkt
1	Fritz Michael	21	100
2	Bitzi Lukas	19	90
3	Gasser Jan	8	40
4	Gasser Pascal	6	30
4	Buholzer Lukas	6	30
4	Studhalter Sven	6	30
7	Niederberger Patrick	4	20
8	Schnider Manuel	2	10

Termine: Clubmeisterschaft 2016

4. Runde

Datum:

Anmeldeschluss:

Auskunft / Anmeldung:

Freitag, 18. November 2016

bis Sonntag, 6. November 2016

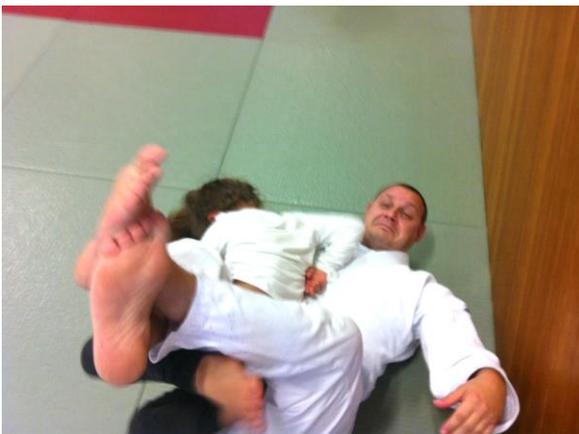
Peter Baumgartner



JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Herbstsportwoche

Es war wieder soweit, die Herbstsportwoche wurde durchgeführt. Dieses Jahr fanden wieder zwei Lektionen mit 39 SchülerInnen statt. Ein grosses Dankeschön geht an die Trainer André Gasser und Peter Baumgartner, die dies ermöglicht haben.



Grittibänz backen

Datum

SAMSTAG, 03. DEZEMBER 2016

Treffpunkt

Bäckerei Gasser in Malters
Gruppe 1: 12:00 bis ca. 13:30 Uhr
Gruppe 2: 14:00 bis ca. 15:30 Uhr

WER

Vereinsmitglieder mit Familie

Bäckermeister

André Gasser

Kosten

CHF 6.00 pro Personen
Das Geld wird an den Samstagen direkt bezahlt

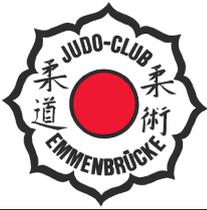
Anmeldeschluss

FREITAG, 25. NOVEMBER 2016

Auskunft / Anmeldung

Peter Baumgartner, Telefon: 079 302 66 62
E-Mail: ok.jcemmenbruecke@gmail.com





JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Neues JUDO Handbuch

Wir (JC Emmenbrücke und JJJC Horw) sind in Bearbeitung an einem neuen Judo Handbuch für unsere Mitglieder. In den Sommerferien wollen wir die Fotos und das Handbuch fertigstellen, so dass wir im Zeitraum zwischen Weihnachts- und Faschachtsferien unser JUDO Handbuch verkaufen können.



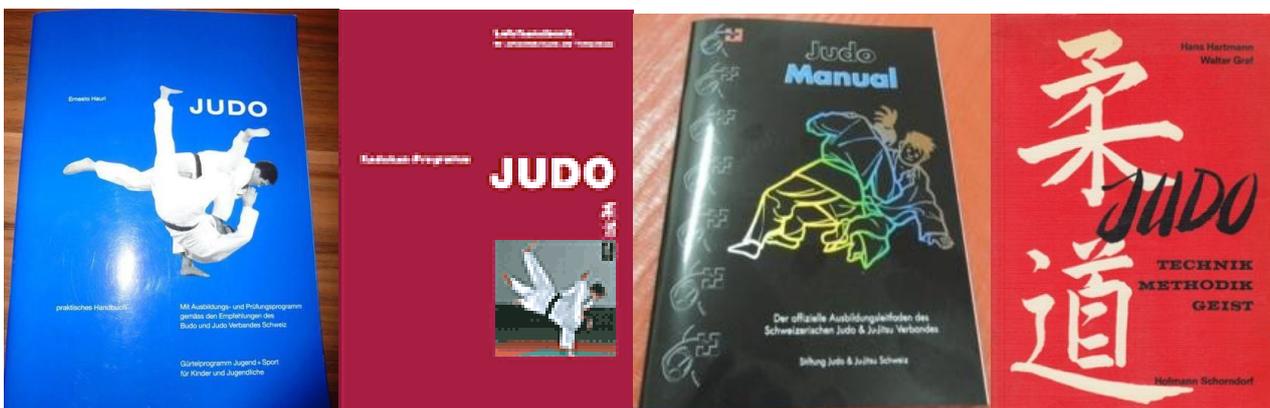
Wieso wir ein Handbuch für uns zusammenstellen:

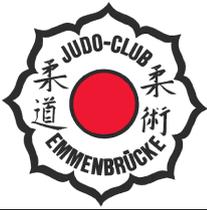
1. Das Judo Manual vom Verband SJV gibt's nicht mehr.
2. Die Bilder in den Büchern sind für erfahrene Judokas gut (Standbild)
3. Um ein breites Judo-Wissen zu erhalten, muss man zurzeit über mehre Bücher und im Internet recherchiert werden.
4. Der JJJC Horw hat alle seine gedruckten Handbücher verkauft und eine Überarbeitung stand auf dem Plan.

Unser Ziel mit diesem Handbuch:

- Alle Würfe mit mehreren, farbigem Foto als Wurfablauf auf Blatt zu bringen, so dass jedermann den Wurf einfach verstehen kann.
- Alle Techniken sind mit den entsprechenden deutschen Name und mit den Wurffamilien angeben
- Verschieden mögliche Bewegungsaufgaben zeigen
- Mehrere verschiedene Katas in einem Buch
- Die aktuellen Kampfregeln aufzeigen
- Ein grosses Wörterbuch Jap - De
- Prüfungsinhalte für 1. bis 5. Dan inkl. Prüfungsfragen
- Ein einheitliches, gemeinsames Prüfungsprogramm vom JC Emmenbrücke und JJJC Horw

**GEMEINSAM
MEHR ERREICHEN**



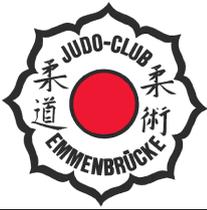


JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Gurtprüfungen

柔道 JUDO				柔術 JU JITSU	
1. Kyu - Braun					
2. Kyu - Blau					
3. Kyu - Grün					
4. Kyu - Halbgrün					
4. Kyu - Orange					
5. Kyu - Halborange					
Frei Sandro	27.01.2016	Gasser Lisa	27.01.2016		
5. Kyu - Gelb					
6. Kyu - Halbgelb					
Bühler Janson	04.07.2016	Mury Mischa	06.07.2016		
Bühler Severin	04.07.2016	Wespi Michael	04.07.2016		
Cilento Luca	04.07.2016	Zumbach Luca	06.07.2016		
Mury Amineh	06.07.2016				

Herzliche Gratulation! Weiter so ...



JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

SJV-Information

- **MASTER EM: 4X GOLD, 3X SILBER UND 1X BRONZE !**

Die Schweiz war erfolgreich an der Ü30 EM in Porec (CRO). Gleich vier Titel nimmt unser Master Team mit nach Hause...

Silber! Hans Nessensohn hat sich seine Medaille verdient erkämpft. Auch der letzte Tag mit Schweizer Beteiligung brachte nochmal einen grossen Erfolgsschwung mit sich. Die Anzahl EM-Titel haben sich gar verdoppelt! Für die Highlights sorgte zum einen



Christa Baumgartner (M1 -70kg). Nach einer zähen ersten Begegnung konnte Christa ihre beiden nächsten Kontrahentinnen vorzeitig mit Ippon bezwingen und gewinnt Gold. Für die zweite Schweizer Goldmedaille des Tages sorgte der ehemalige Elite Kaderathlet **Micha Egger**. In der Kategorie M2 -90kg machte der Silbermedaillengewinner vom letzten Jahr unmissverständlich klar, wem das edelste Metall umgehängt werden soll. Mit 5 Ippon aus 5 Kämpfen ist Micha in diesem Jahr der verdiente Europameister seiner Altersklasse.

Silber holten sich **Sonja Gertsch** (F3 -70kg) und **Reto Tschan** (M1 -81kg) mit jeweils 2 Vorrunden-Siegen und 1 Niederlage im Final. Schliesslich erkämpfte sich **Klara De Cillia** nach 1 Sieg und 2 Niederlagen die Bronzemedaille in ihrem Pools. **Celine Erriquez** wurde 5te F1 -70kg. Herzliche Gratulation.

Zweiter Tag: Zweite EM-Goldmedaille für die Schweiz

Marcel Wegmüller brillierte in der Kategorie M4 -60kg. Drei Kämpfe musste er bestreiten, bevor er verdient auf dem obersten Podestplatz seiner Kategorie Platz nehmen durfte. Und in allen drei Kämpfen musste sich Marcel gegen einen Kämpfer aus Frankreich durchsetzen. Der Schweizer fand allerdings überzeugend sein Erfolgsrezept gegen die Nachbarn: zweimal Waza-Ari in den Vorrunden und schliesslich Ippon im Finalkampf. Bravo Marcel!

Zwei siebte Ränge gab es ausserdem an dem Tag für die Schweizer Daniel Schläppi und David Stähli.

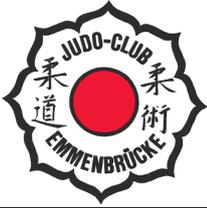
Erster Tag: Bongard und Nessensohn in Topform!

Gleich zu Beginn der Master EM 2016 in Porec (CRO) sorgten zwei Schweizer Judoka für Highlights. Der Europameister-Titel in der Kategorie M9 -73kg geht wie schon das Jahr zuvor an **Daniel Bongard**. Daniel liess nichts anbrennen und verwies zum zweiten Mal in Folge die europäische Konkurrenz in seiner Kategorie auf die Plätze. Nach drei Siegen und drei Ippon verteidigt der "Judo-Veteran" erfolgreich seine Goldmedaille von 2015.

Vize-Europameister wird **Hans Nessensohn** in der Kategorie M7 -60kg. Auch Hans liess nach der Vorrunde mit zwei Ippons aus zwei Kämpfen keine Zweifel offen, wer ins Finale gehörte. Und da scheiterte der Ostschweizer nur hauchdünn: Mit einer kleinen Wertung (Yuko) musste Hans dem Letten den Vortritt aufs oberste Treppchen lassen.

Dass die diesjährige EM der Veteranen eine zähe und hart umkämpfte Angelegenheit ist, liess sich beispielsweise in der Kategorie M5 -73kg erkennen. Dort war der Schweizer **Benito Postai** im Einsatz. Er zeigte einen super Einsatz mit insgesamt drei Siegen und zwei Niederlagen und wurde dafür am Ende "nur" mit Rang 7 belohnt.

Für das Schweizer Team gab es ausserdem einen 5ten und weitere zwei 7te Ränge. Herzlichen Glückwunsch dem ganzen Team zu den gezeigten Leistungen.



JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

- **GOOD NEWS AUS DER HÖHEREN BERUFSBILDUNG**

Die ersten acht SJV-Lehrer erhalten das eidgenössische Diplom

Jetzt ist unsere berufliche Ausbildungsstruktur komplett. Wie im Leistungssport kann nun auch im Bereich des Freizeit-, Gesundheits- und Breitensports nach der eidgenössischen Berufsprüfung (Fachausweis) eine höhere Fachprüfung (eidgenössisches Diplom) abgelegt werden. Diese richtet sich an erfahrene Inhaberinnen und Inhaber eines sportbezogenen Fachausweises oder Diploms (z.B. Judo- und Ju-Jitsu-Lehrer mit eidgenössischem Fachausweis), welche Führungsaufgaben in grösseren Organisationen wie Vereinen, Schulen, Center, Verbänden etc.) wahrnehmen.

Am 10. Juni 2016 traten 55 Kandidatinnen und Kandidaten aus den 15 in der Dachorganisation sportartenlehrer.ch zusammengeschlossenen Verbänden zur ersten *Höheren Fachprüfung* in Egerkingen an. Alle acht Kandidaten des SJV bestanden mit guten bis ausgezeichneten Leistungen. Zudem haben drei Kandidaten des SJV die Berufsprüfung zum Sportartenlehrer mit eidg. Fachausweis bestanden.

Unsere ersten Sportartenschulleiter mit eidgenössischem Diplom:

- Aschwanden Sergei (Judo)
- Bruhin Linus (Ju-Jitsu)
- Hürlimann André (Judo und Ju-Jitsu)
- Santschi Andreas (Judo und Ju-Jitsu)
- Schmutz Olivier (Judo)
- Vetterli Norbert (Judo)
- Wegmüller Marcel (Judo)
- Wirz Bernard (Judo)

Neuer Ju-Jitsu-Lehrer mit eidgenössischen Fachausweis:

- Badan Pascal

Neue Judolehrer mit eidgenössischem Fachausweis:

- Burger Gabriel
- Pellet Laurent

Herzliche Gratulation!

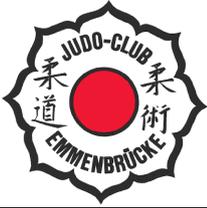
- **JULIANE ROBRA: "ICH WERDE NUN DIE NÄCHSTEN SCHRITTE ANGEHEN..."**

Rücktritt: **Juliane Robra**, eine der erfolgreichsten Schweizer Judoka, verabschiedet sich vom aktiven Leistungssport. Aber nicht vom Judo...

Visiert neue Ziele an: Juliane Robra (weiss) tritt vom aktiven Leistungssport zurück, bleibt aber der Judofamilie erhalten...

Sie war die stärkste Schweizer Judoka der letzten Jahre. Etliche Erfolge und emotionale





JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Ereignisse gehen auf ihr Konto – und wir erhielten im Gegenzug ein sportliches Idol, eine Athletin, zu der unser Nachwuchs aufschauen konnte. Nun tritt Juliane Robra vom aktiven Leistungssport zurück...

Im Laufe ihrer Karriere im Schweizer Judo-Nationalkader durften wir zahlreiche Erfolge mit Juliane feiern. Bereits als Nachwuchs-Judoka konnte die heutige Trägerin des 3. Dan überzeugen: Bei der U20 holte sich Juliane Gold an den internationalen Deutschen Einzelmeisterschaften, bei der U23 folgte die erste EM-Medaille – Silber in Kiev! In bester Erinnerung sind die Erfolge der Genferin bei der Elite. 2010 und 2012 schaffte sie die Sensation mit jeweils Bronze an den Europameisterschaften. Und verdient konnte sie sodann an den Olympischen Spielen 2012 in London antreten. Dies ist ein knapper Auszug ihrer Erfolgsgeschichte. Wer es genau wissen will, bildet sich hier weiter...

Zuletzt hatten wir mit Juliane während der Qualifikationsphase für die kommenden Olympischen Spiele in Rio mitgefiebert. Am Ende hatte es knapp nicht gereicht – geschätzte 1 - 2 Resultate an grossen Turnieren fehlten für die definitive Teilnahme. Doch ist sie deswegen gescheitert? Keines Wegs! Juliane Robra hatte gezeigt, dass man für seine Träume kämpfen und etwas riskieren muss. Sie hatte bis zuletzt an sich geglaubt – wir taten es ihr gleich! – und gab sich zu keinem Zeitpunkt auf, selbst als sie mit dem Rücken zur Wand stand. Schliesslich konnte sie sich nicht in den Top 16 platzieren. Aber das ist Sport: mit Rückschlägen umgehen zu können gehört genauso dazu wie schöne Erfolge zu feiern... Danke Juliane, du hast uns gezeigt, dass du beides beherrscht!

Zum Abschluss ihrer Leistungssportkarriere hatten wir Juliane ein paar Fragen gestellt...

Juliane Robra, erzähle uns kurz über die Gründe deines Rücktritts...

J.R.: Als die Olympiaqualifikation 2016 für mich gelaufen war, ist etwas in mir erloschen. Grundsätzlich hatte ich 2016-2017 als meine letzte Saison gesehen. So selbstverständlich wie bisher das Streben nach der Leistungsfähigkeit war, um eine Olympiamedaille zu gewinnen, so klar war mir, dass ich ohne dieses Feuer, diese Power keinen Wettkampf mehr kämpfen werde. Ich habe mir noch Zeit genommen, um mich damit zu konfrontieren, zu sehen wie es sich entwickelt und dann definitiv meinen Rücktritt gegeben.

2012 hattest du dich für London qualifiziert, 2016 hat es für Rio knapp nicht gereicht. Warum?

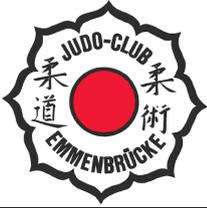
Weil ich die notwendigen Leistungen und Resultate nicht erzielt habe. Ich habe die Arbeit und die Elemente, die ich angegangen war, um eine Medaille in Rio zu holen, teilweise integrieren, aber nicht auf das Niveau bringen können, das notwendig gewesen wäre, um die Wettkämpfe für sich zu entscheiden.

Wie geht es nun weiter mit Juliane und Judo?

Ich werde nun den Weg weiter gehen, die nächsten Schritte angehen. Judo hat mich geprägt und ich möchte und hoffe, dass ich Judo weiter leben werde... die Form ändert sich. Ab September werde ich im Shung Do Kwan, dem Club, in dem ich im Judo "aufgewachsen" bin, sowohl mit Schülern, Jugendlichen, als auch mit Erwachsenen regelmässig auf den Tatami stehen. Ausserdem dürfte ich in Zukunft sicher auch immer wieder bei ein paar Judo-Weekends und Trainingslagern dabei sein. Ich möchte zudem mein Judo weiter vertiefen: Aktuell übe ich unter anderem an der Kime-no-kata für meinen nächsten Dan... Grundsätzlich möchte ich Judo auf und auch neben den Tatami teilen!

Welche Ratschläge hast du für junge Nachwuchstalente mit dem grossen Olympiatraum?

Ich wünsche ihnen, ihren Traum jetzt zu leben, dass sie die Möglichkeiten erhalten, sie suchen, sehen und sich ihren Schritten widmen.



JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

Im Namen des SJV und der Judo- und Ju-Jitsu Gemeinschaft danken wir Juliane Robra herzlich für ihren jahrelangen Einsatz im Leistungssport und freuen uns natürlich, auch künftig von ihren Kompetenzen profitieren zu dürfen...

- **ZWEI NEUE REGLEMENTE STEHEN ZUR VERFÜGUNG**

Das Reglement für die Ranking-Turniere 2017 sowie jenes der SJV Sperrdaten wurde aktualisiert.

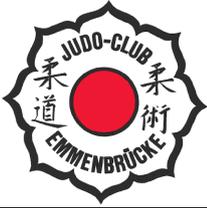
Das neue Ranking-Reglement für die Saison 2017 ist endlich bereit und wurde bewilligt. Der Vorstand und alle Veranstalter der Rankingturniere haben diese letzte Version angenommen. Darin sind alle neuen Vorschriften für die Durchführung der Rankingturniere zu finden.

Das Reglement wird ab 1. Januar 2017 in Kraft gesetzt. Das Sperrdatum-Reglement wurde ebenfalls angepasst und ab jetzt in Kraft gesetzt.

- **NEWS VORSTAND**



Die Mitglieder des alten und des neuen Vorstands des SJV sind zum Schluss gekommen, dass die frühzeitige Einsetzung des neuen Vorstands nicht in allen Punkten den Statuten entspricht und nicht im besten Interesse einer kontinuierlichen Verbandsführung ist. Der alte Vorstand hat sich deshalb verdankenswerter Weise bereit erklärt, den neuen Vorstand anlässlich der nächsten Vorstandssitzungen beratend zu begleiten und zu unterstützen.



JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

- **GRÜNENFELDER UND SHINOMIYA VERLASSEN SJV**

Der Chef Leistungssport Judo und die Chefin Nachwuchs Judo beenden ihre Arbeit beim Schweizer Judo & Ju-Jitsu Verband

An den European Games Baku 2015 feierte Ran Grünenfelder einen seiner grössten Erfolge als Chef Leistungssport: Ludovic Chammartin erkämpfte sich Bronze.

Ran Grünenfelder hat seine Kündigung als Chef Leistungssport Judo eingereicht. Offizieller Austritt aus dem SJV ist Ende Februar 2017. Nach den Olympischen

Spielen in Rio wird er einen bereits seit längerem geplanten Urlaub antreten. Für diese Zeit übernimmt Jenny Gal die Stellvertretung von Ran. Wie das Profil des Chef Leistungssport Judo in Zukunft aussehen wird und wie der Selektionsprozess für die Nachfolge von Ran verläuft, wird zu gegebener Zeit informiert.

Neben Ran hat sich auch **Aki Shinomiya** entschieden, den SJV zu verlassen. Sie ist noch bis 31. August 2016 für unseren Verband tätig. Die Ausschreibung ihrer Stelle als Nachwuchstrainerin Judo - kombiniert mit weiteren Aufgaben verschiedener Vakanzen - ist online.

Der SJV dankt Ran und Aki bereits jetzt schon herzlich für ihr Engagement und wünscht ihnen viel Erfolg und Erfüllung bei ihren neuen Herausforderungen.



- **DREI NEUE GESICHTER IN DEN DANKKOMMISSIONEN JUDO UND JU JITSU**

Am 3. September wurden die Mitglieder der Dankkommissionen Judo und Ju-Jitsu durch den erweiterten Vorstand für ein weiteres Mandat von vier Jahren gewählt.

Bei der Wahl der neuen Mitglieder der Dankkommissionen Judo und Ju-Jitsu hat sich nicht allzuviel geändert. Viele bewährte Kompetenzen werden uns ihre Fähigkeiten auch in den nächsten vier Jahren zur Verfügung stellen.

Insgesamt gab es drei Wechsel zu verzeichnen. Marcel Burkhard (Judo Reg. 3), Antonio Lazzarin (Judo Reg. 4) und Linus Bruhin (Stv. Chef Ju-Jitsu) legten ihr bisheriges Mandat aufgrund neuer Herausforderungen nieder. Ihnen gebührt ein spezieller Dank für den langjährigen Einsatz in ihrer Funktion.

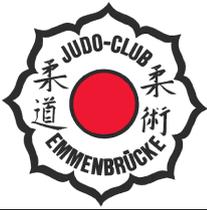
Erfreulicherweise stellten sich für alle drei vakanten Stellen jeweils gleich zwei Kandidaten zur Verfügung, die die notwendigen Qualifikationen erfüllen.

Neu in die Dankkommissionen gewählt wurden:

- **Norbert Vetterli** (Judo Reg. 3 | 6. Dan Judo)
- **Willy Brunner** (Judo Reg. 4 | 6. Dan Judo, 1. Dan Ju-Jitsu)
- **André Aschwanden** (Stv. Chef Ju-Jitsu | 5. Dan Ju-Jitsu, 2. Dan Judo)

Wir gratulieren allen gewählten Vertretern zur Wahl und wünschen viel Freude und Erfolg in ihrem Amt.





JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

- **RENÉ BRÜHWILER IST IJF A-KAMPFRICHTER!**
Der Schweizer Judo-Kampfrichter René Brühwiler besteht in Kochi (IND) die Prüfung zum Weltkampfrichter.

Da freut sich aber einer. Und wir uns mit ihm! René Brühwiler gehört zu den weltbesten Kampfrichtern.

Good News aus dem Süden Indiens: Anlässlich der Asienmeisterschaften der Kategorie Junioren holt sich unser

Kampfrichter René Brühwiler sein Diplom der höchsten Kampfrichterausbildung des internationalen Judoverbandes ab (IJF-A Kampfrichter). Am stark besetzten Turnier mit 38 Nationen musste René einmal mehr Höchstleistungen ablegen. Seine mit Bravour abgelegte Prüfung zeugt von seiner Kompetenz und einem Höchstmass an Konzentrationsfähigkeit. Die Diplomübergabe erfolgte vom IJF Kampfrichter-Chef Juan Carlos Barcos und dem Mitglied der IJF Kampfrichterkommission Takato Kawaguchi.

Damit wird spätestens jedem klar: Wer mit "abholen" an ein Geschenk dachte, hat weit gefehlt. Was dahinter steckt ist unglaublich viel Arbeit. «Die Zulassung zur Prüfung erfolgte aufgrund von makellosen Turniereinsätzen in den letzten Monaten durch die EJU Kampfrichterdirektion», hält der österreichische Judoverband richtig fest. Leidenschaft und Leistungen werden von den Kampfrichtern genauso abverlangt wie Konzentration, Bescheidenheit und das Bewusstsein, immer wieder dazu lernen zu können.

Wir kennen René und seine Fähigkeiten. Jetzt kennt sie auch die Kampfrichterverwelt und anerkennt es mit dieser Ehrung. Herzliche Gratulation.



- **ZWEI NEUE KAMPFRICHTER NAT. B**

Yu Higashigaito und Alan Erba meistern die nächste Hürde in der Kampfrichterausbildung

Bei der Qualität der Fotos hapert es zwar noch: Doch dafür stimmt sie auf der Matte!

Die Rankingturniere bringen nicht nur neue Medaillenträger hervor. Auch im

Kampfrichterwesen tut sich einiges. So auch am letzten nationalen Turnier in

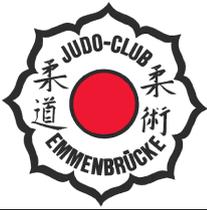
Weinfelden. Anlässlich des Ranking-Events konnten zwei Kampfrichter erfolgreich die

Prüfung zum SJV Kampfrichter National B ablegen:

- Yu Higashigaito (Bild links)
- Alan Erba (Bild rechts)

Herzliche Gratulation und weiterhin viel Vergnügen mit der Arbeit mitten im Kampf.





JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

- **GERMAN OPEN JU-JITSU: 2X GOLD UND 3X BRONZE!**
Erfolgreiches Wochenende für die Schweizer Ju-Jitsuka am German Open 2016



Die Schweizer Ju-Jitsuka kehren erfolgreich aus Gelsenkirchen zurück. Am German-Open-Wochenende reichte es für insgesamt fünf Medaillen.

Gleich zweimal Gold gab es in der noch jungen Disziplin des Ne-Waza. Daniel De Maddalena (-85kg) und Danny Feliz (+94kg) liessen die Konkurrenz stehen und beendeten das Turnier unbesiegt.

Dem Erfolgs-Duo Jokl / Schönenberger gelingt ein weiterer Sprung auf das Podest. In der Veltins-Arena erreichten sie den dritten Rang.

Ebenfalls Bronze erkämpften sich die U21 Fighter Julian Schmid und Rachel Cottier. Den siebten Rang gab es für Lea Graber.

Bei der U18 EM, die am Sonntag ebenda stattgefunden hatte, erreichten Yoann Candolfi (-60kg) und Alex Rey (-66kg) jeweils den siebten Rang.

Für die Schweizer Kampfrichter waren Linus Bruhin und Ueli Zürcher vertreten.

Vorschau: Swiss Participation:

Fighting System:

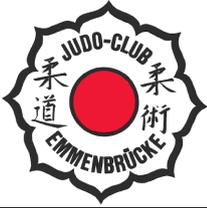
- FSM -77 Sylvio Bucher
- FSM -85 Nicolas Baez
- FSM -94 Robin Eberle
- FSM U21 -62 Julian Schmid
- FSW U21 -55 Rachel Cottier
- FSW U21 -62 Léa Graber

Duo System:

- Mixed Sofia Jokl / Thomas Schönenberger
- Mixed Antonia Erni / Florian Petritsch
- U21 W Corina Amstutz / Lea Schmid
- U21 M Janik Arnet / Dario Francioni

Ne-Waza System:

- NWW -62 Charlotte Guarino
- NWM -69 André Hürlimann
- NWM -77 Ilke Kubilay Bulut
- NWM -85 Daniel De Maddalena
- NWM -85 Dario Kashani
- NWM -85 Alexandre Rodrigues
- NWM +94 Danny Feliz



JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

- **3 NEUE KATA-INSTRUKTOREN**
Anlässlich der Prüfungen vom 17. September haben diese Kandidaten die Ausbildung zum Katainstruktor erfolgreich abgeschlossen:
 - André Hürlimann: in Kodokan Goshin Jutsu
 - Denis Busigny: in Kime-no-Kata und Kodokan Goshin Jutsu
 - Pascal Bayejoo: in Kime-no-Kata und Kodokan Goshin JutsuDie SJV Kommission der Kodokan-Kata gratuliert herzlich zu dieser Leistung.

Anfängerkurse

Die Anfängerkurse werden wie letztes Jahr während den laufenden Trainings à 10 Lektionen durchgeführt.

Tag	Zeit	Gruppe	Kursleiter
Montag	17:45 - 18:45	Anfänger Kinder (6 - 13 Jahre)	André Gasser
Montag	18:55 - 20:25	Anfänger Judo Jugend und Erwachsene	Peter Baumgartner
Mittwoch	17:00 - 18:15	Anfänger Kinder (6 - 13 Jahre)	André Gasser
Mittwoch	18:20 - 19:50	Anfänger Judo Jugend und Erwachsene	Peter Baumgartner

Bekleidung für Anfängerkurs

Lange Turnhose und T-Shirt, ohne Turnschuhe.
Es wird **barfuss** trainiert.

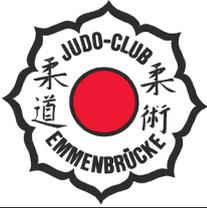
Tarife Anfängerkurs

Anfängerkurs Kinder 6 - 14 Jahre	Fr. 100.--
Anfängerkurs Jugendliche 15 - 20 Jahre	Fr. 110.--
Anfängerkurs Erwachsene ab 21 Jahren	Fr. 130.--

Auskünfte / Anmeldung

André Gasser Tel. 076 477 98 81	Peter Baumgartner Tel. 079 302 66 62
------------------------------------	---

vorstand@jcemmenbruecke.ch



JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

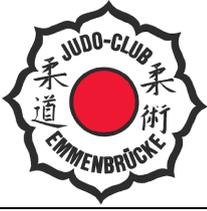
Termine 2016

Regionalkader-Training JUDO/JU JITSU	29.10.16	
Geneva Open Ju Jitsu	05.11.16 bis 06.11.16	
Gütsch-Spezi	06.11.16	
Clubmeisterschaft 4. Runde	18.11.16	
SEM Judo	19.11.16 bis 20.11.16	
TK-Vorstandssessen	26.11.16	
Grittibänz backen	03.12.16	
Grittibänz Cup, Cham Ju Jitsu	Dezember 16	
ZSJM	11.12.16	
Newsletter 4/16		
Fortbildungskurz J+S, Liestal	10.12.16	
Regionalkader-Weekend JUDO/JU JITSU	03.12.16 bis 04.12.16	PISTE
Winterlager Summiswald	26.12.16 bis 30.12.16	
Weihnachtsferien	24.12.16 bis 08.01.17	

Termine 2017

TK-Sitzung	26.08.16 (Dojo)	
Vorstandssitzung 1/17 (Budget)	26.08.16 (Dojo)	
Clubmeisterschaft 1. Runde	10.02.17	
Fasnachtsferien	18.02.17 bis 05.03.17	
Ranking Rheintal	18.03.17	
Generalversammlung	24.03.17	
Clubmeisterschaft 2. Runde	07.04.17	
Osterferien	14.04.17 bis 30.04.17	
Ranking Sierre	20.05.17	
Brückentag Auffahrt	26.05.17	
DV SJV	03.06.17	
Ranking Spiez	10.06.17	
Winner Turnier	11.06.17	
Brückentag Fronleichnam	16.06.17	
Judo Day	17.06.16	
Jiu Day	18.06.16	
SM Jiu	24.06.17	
SM Kata	25.06.17	
Clubmeisterschaft 3. Runde	30.06.17	
Sommerferien	08.07.17 bis 20.08.17	
Ranking Weinfelden	09.09.17	
Ausflug JC Emmenbrücke	16.09.17	
Ranking Murten	23.09.17	
Herbstferien	30.09.17 bis 15.10.17	
Clubmeisterschaft 4. Runde	03.11.17	
TK-Vorstandssessen	25.11.17	
Regionalkader-Weekend JUDO/JU JITSU	25.11.17 bis 26.11.17	PISTE
Backplausch	02.12.17	
Weihnachtsferien	23.12.17 bis 07.01.18	

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



JUDO CLUB EMMENBRÜCKE

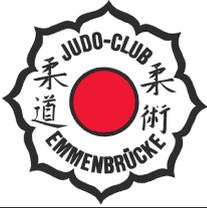
Dojo-Regeln

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

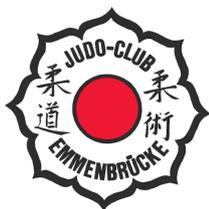


Das moralische Prinzip hebt Judo über den einfachen Kampfsport hinaus. Judo wird zum Erziehungssystem. Übersetzt bedeutet Ji ta kyo ei "gegenseitige Hilfe für wechselseitigen Fortschritt und beiderseitiges Wohlergehen". Kano stellt dabei

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
.	18:55–20:25		Judo Jugend/Erwachsene	Peter Baumgartner	Fritz Michael
(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	17:15–18:15		Judo Kinder	André Gasser	
.	18:20–19:50		Judo Jugend	Peter Baumgartner	Fritz Michael
.					
Donnerstag					
(Anmerkung)	20:00–21:30		freies Training	höchstgradierter Judo- oder Jiuka	.
Freitag	18:00–19:15		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
Raumpflegerin / Materialwartin								
Frau	Birrer	Marlis	Listrigstrasse 14	6020	Emmenbrücke	041 280 69 42		
Vorstand								
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	Myriam	Waldibachweg 15	6032	Emmen	041 260 33 87		myriam.zihlmann@bluewin.ch
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

Vielen Dank für die Aufmerksamkeit!



Redaktion:

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