

der budoka



7-8 / 2013
Juli-August

Dachverband für Budotechniken
Nordrhein-Westfalen e.V.

3,90 €



Judo-Bundesliga



**Dachverband für Budotechniken
Nordrhein-Westfalen e.V.**

Dachverband für Budotechniken Nordrhein-Westfalen e.V.

Geschäftsstelle, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg
Hausanschrift: Friedrich-Alfred-Str. 25, 47055 Duisburg
Telefon: 02 03 / 73 81 - 6 22,
E-Mail: info@budo-nrw.de, **Internet:** www.budo-nrw.de

AIKIDO

Nordrhein-Westfälischer Aikido-Verband e.V.

Volker Marczona
Poststr. 48 a
47198 Duisburg
Tel.: 02066 37304
E-Mail:
Volker.Marczona@t-online.de
Internet: www.aikido-nrw.de

JIU-JITSU

Jiu-Jitsu Union Nordrhein-Westfalen e.V.

Geschäftsstelle
Benedikt Meinhardt
Bismarckstr. 32
42551 Velbert
Tel.: 02051 81718
Fax: 02051 81718
E-Mail:
geschaeftsstelle@jju-nw.de
Internret: www.jju-nw.de

JU-JUTSU

Nordrhein-Westfälischer Ju-Jutsu Verband e.V.

Geschäftsstelle
Ulrich-Brisch-Weg 1
50858 Köln
Tel.: 0221 9918005
Fax: 0221 9918007
E-Mail: nwjiv@netcologne.de
Internet: www.ju-jutsu-nwjiv.de

TAEKWONDO

Nordrhein-Westfälische Taekwondo-Union e.V.

Geschäftsstelle
Andreas Braun
Hindenburgstr. 28
51766 Engelskirchen
Tel.: 02263 903738
Fax: 02263 903739
E-Mail: office@nwtu.de
Internet: www.nwtu.de

GOSHIN-JITSU

Goshin-Jitsu Verband Nordrhein-Westfalen e.V.

Geschäftsstelle
Günter Tebbe
Breidter Str. 12
53797 Lohmar
Tel.: 02246 9493862
Fax: 02246 9493866
Mobil: 0178 2570650
E-Mail: g-tebbe@t-online.de
Internet: www.goshin-jitsu.de

Deutscher Jiu-Jitsu Bund Landesverband Nordrhein-Westfalen e.V.

Peter Rasche
Maxstr. 33
45479 Mülheim a.d. Ruhr
Tel.: 0208 4125926
Internet: www.djjb.de

Deutscher Fachsport- verband für Jiu-Jitsu Nordrhein-Westfalen e.V.

Geschäftsstelle
Andreas Kress
Nordring 15
50765 Köln
Tel.: 0221 7405666
Fax: 0221 7409900
E-Mail:
Kress.andreas@t-online.de
Internet: www.dfjj.de

KARATE

Karateverband Nordrhein-Westfalen e.V.

Geschäftsstelle
Monika Assmann
Waldenburger Str. 21 b
44795 Bochum
Tel.: 0234 94429898
Fax: 0234 3386153
E-Mail: Kontakt@karateNW.de
Internet: www.KarateNW.de

Nordrhein-Westfälischer Taekwon-Do Verband e.V.

Geschäftsstelle
Wilfried Peters
Overgünne 241
44269 Dortmund
Tel.: 0231 8820091
Fax: 0231 8820091
Mobil: 0173 7253876
E-Mail: WilfriedPeters@aol.com
Internet: www.nwtdv.de

International Taekwon-Do Federation - Deutschland Landesverband Nordrhein-Westfalen e.V.

Antonio Deledda
Dhünnstr. 74
51373 Leverkusen
Mobil: 0151 22647798
E-Mail: Deledda@t-online.de
Internet: www.ITF-NW.de

HAPKIDO

Nordrhein-Westfälischer Hapkido-Verband e.V.

Geschäftsstelle
Holger Becker
Hamborner Platz 2
33442 Herzebrock-Clarholz
Tel.: 0171 6812034
E-Mail:
vorstand@hapkido-nrw.de
Internet: www.hapkido-nrw.de

JUDO

Nordrhein-Westfälischer Judo-Verband e.V.

Geschäftsstelle
Postfach 10 15 06
47015 Duisburg
Friedrich-Alfred-Str. 25
47055 Duisburg
Tel.: 0203 7381-622
Fax: 0203 7381-624
E-Mail: info@nwjv.de
Internet: www.nwjv.de

KENDO

Nordrhein-Westfälischer Kendo-Verband e.V.

Thorsten Mesenholl
Metzmachersrath 43
42111 Wuppertal
Tel.: 0202 2721717
E-Mail:
thorstenmesenholl@freenet.de
Internet: www.nrwkendo.de

Landessachbearbeiter Kyudo
Reinhard Kollotzek
Benrather Str. 31 a
40721 Hilden
Tel.: 02103 53899
Tel.: 0211 9396333

WUSHU

Wushu Verband Nordrhein-Westfalen e.V.

Jürgen Schubert
Weberstr. 84
46049 Oberhausen
Tel.: 0208 849498
Fax: 0208 8483647
E-Mail: info@wushu-nrw.de
Internet: www.wushu-nrw.de

Aktiver Anti-Doping-Kampf

Der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) hat unmittelbar nach seiner Gründung im Mai 2006 seine Null-Toleranz-Politik im Kampf gegen Doping im „Anti-Doping-Aktionsplan: Zehn Punkte für Sport und Staat“ zusammengefasst, der von der Mitgliederversammlung am 9. Dezember 2006 einstimmig bei einer Enthaltung beschlossen wurde. Heute, mehr als sechs Jahre später, wurde eine Zwischenbilanz gezogen.

Die Kontrolldichte wurde von 4.500 Trainingskontrollen in 2006 auf rund 8.000 in 2012 fast verdoppelt und damit maßgeblich erhöht. Die NADA wurde reformiert, neue Testpools eingerichtet, die Kontrollanzahl gesteigert und vor allem intelligente Urin- und Blutkontrollen, das heißt Kontrollen während sensibler Trainingsphasen, eingeführt. ...

In zahlreichen Verbänden wurden Mindeststandards in der Dopingbekämpfung ergriffen, ... Allem voran standen in diesem Zusammenhang die gemeinsamen Anstrengungen von WADA, NADA, DOSB und Bundesministerium des Innern als maßgeblichem Geldgeber für eine Vereinheitlichung der Anti-Doping-Regelwerke der Verbände. ... Waren in den ersten Jahren nach Einführung der Anti-Doping-Berichte noch Defizite festzustellen, die mit Rückforderungen des Bundes an einzelne Spitzenverbände verbunden waren, zeigen die Auswertungen der Jahre 2010 und 2011, dass die Umsetzung der Mindeststandards gelungen ist. ...

Der Forderung nach der Einführung von finanziellen Sanktionen für Dopingtäter ist der DOSB durch die vorher erwähnte Athletenvereinbarung und die Ehren- und Verpflichtungserklärung für Trainer, Ärzte, Physiotherapeuten und Athletenbetreuer bereits nachgekommen. Ähnlich verhalten sich die Mitgliedsverbände und Sponsoren, die vergleichbare Klauseln, wie vom DOSB angeregt, in Vereinbarungen und Verträge aufgenommen haben. Dem Dopingtäter drohen somit schwerwiegende finanzielle Konsequenzen. ...

Mit dem Sonderprüfbericht des Bundesministeriums des Innern, der am 23. Januar 2008 im Sportausschuss des Deutschen Bundestages diskutiert wurde, hatte der damalige Bundesinnenminister, Dr. Wolfgang Schäuble, deutlich gemacht, dass in der Vergangenheit Dopingvergehen nicht durch Fördergelder des Staates unterstützt wurden. Durch die Konkretisierung der Bewilligungsbescheide zur Förderung der Bundessportfachverbände und der Olympiastützpunkte sind die verwaltungsrechtlichen Voraussetzungen für die öffentliche Förderung geschaffen worden. So wird zukünftig auch durch die Ergebnisse der in 2007 erstmals abgeforderten Anti-Doping-Berichte der Verbände eine Förderung durch die öffentliche Hand nur bei aktivem Anti-Doping-Kampf des jeweiligen Verbandes gewährt werden. ...

(aus: Statusbericht zur Realisierung des „Anti-Doping-Aktionsplanes des DOSB: Zehn Punkte für Sport und Staat“ vom Dezember 2006 (Stand: März 2013))

INHALT

Judo:

- NWJV-Top-Team in Belmeken _____ 4
- Europameisterschaften der Veteranen in Paris ___ 5
- Kata-Europameisterschaften auf Malta _____ 6
- Deutsche Kata-Meisterschaften in Maintal _____ 7
- Das Judo-Festival: „Judo für Generationen“ _____ 8



Judo-Bundesliga _____ 10

- Jugendsprecher-Offensive _____ 11
- Landesmannschaftsmeisterschaften G-Judo ___ 13
- Aus den Vereinen _____ 15

Krafttraining, Teil 46 _____ 17

Nage-waza-ura-no-Kata, Teil 7 _____ 18

Impressum _____ 23

Goshin Jitsu: Lehrgangsberichte _____ 24



Hapkido: Landesmeisterschaften Kampf _____ 25

Jiu-Jitsu: Lehrgangsberichte der JJU NW _____ 27

Jiu-Jitsu: KID-Seminar _____ 30

Jiu Jitsu: Abenteuer und Erlebnissport mit der DFJJ NW-Jugend _____ 32

Ju Jutsu: Trainer-assistentenausbildung _____ 34



Taekwon-Do: EM in Slowenien _____ 39

Taekwon-Do: Dortmunder Budolehrgang _____ 39

Ausschreibungen _____ 41

Titelseite: Der 1. JC Mönchengladbach steht in der 1. Judo-Bundesliga der Frauen nach dem zweiten Kampftag an der Tabellenspitze der Gruppe Nord: Stephanie Manfrahs (Mönchengladbach) erzielt das 2:0 gegen Nicole Viehl (Osnabrück) beim Heimsieg in der Jahnhalle; kleines Foto: Ulrike Scherbarth (Mönchengladbach) (rechts) gegen Svetlana Tsimashenka (Brandenburg).

Fotos: Christian Schiebl

NWJV-Top-Team in Belmeken (Bulgarien)

Das NWJV-Top-Team bereitete sich beim Trainingslager in Belmeken (Bulgarien) auf die nächsten Saisonhöhepunkte vor. Die „schützenden Hände“ über das Team hält der Bundestrainer U 23, in Personalunion auch Trainer der Sportfördergruppe der Bundeswehr, Daniel Gürschner.

Mit einer Mannschaft wie dieser wäre mit an Sicherheit grenzender Wahrscheinlichkeit ein Stammplatz in der 1. Bundesliga abonniert. Die hier repräsentierten Vereine 1. JC Mönchengladbach mit Marc Odenthal, PSV Duisburg mit Aaron Hildebrand, TSV Bayer 04 Leverkusen mit Anthony Zingg und Karl-Richard Frey sowie JC Bushido Köln mit Benjamin Münnich und Christian Hellinger jedenfalls sind stolz darauf, dass die hier genannten Kämpfer auch in der Nationalmannschaft bereits einen festen Platz einnehmen. Die hielt sich unter der Leitung des Bundestrainers der Männer Detlef Ultsch und seiner eingeschworenen Trainer und Betreuerequipe im Höhentrainingslager Belmeken auf. Aus dieser kargen Höhenlandschaft heraus werden die „jungen Wilden“, aber auch die „erfahrenen Weisen“ schon in naher Zukunft in alle Welt hinausgeschickt, um sich an den Aufgaben und Prüfungen zu versuchen, die der Bundestrainer in einem mittelfristigen Einsatzplan für sie vorgesehen hat. Für die einen bedeutet das Teilnahme an der Universiade oder Militärweltmeisterschaft, für die anderen der Einsatz auf hochrangigen Turnieren in und außerhalb Europas. Allen gemeinsam aber bleibt ein großes Ziel: Medaillen für Deutschland bei Europameisterschaften, Weltmeisterschaften und den nächsten Olympischen Spielen. Dafür ist kein Weg zu weit und auch in Bulgarien kein Berg zu hoch.

Charly F.

Andreas Tölzer gewinnt Bronze beim IJF-Masters

Mit dem Gewinn einer Bronzemedaille beim IJF-Masters im russischen Tyumen meldete sich Schergewichtler Andreas Tölzer aus Mönchengladbach zurück auf der Wettkampfmatte. Zunächst besiegte er den Franzosen Jean-Sebastian Bonvoison nach 2:31 Minuten. Gegen den Brasilianer Walter Santos musste er sich im Viertelfinale geschlagen geben. In der Trostrunde setzte er sich nach 128 Sekunden gegen Oscar Brayson aus Kuba durch. Die Begegnung um Bronze entschied Andreas schon nach 43 Sekunden vorzeitig gegen David Moura aus Brasilien für sich.

Für Miryam Roper aus Leverkusen kam in der 57-kg-Klasse schon in der ersten Runde das Aus. Gegen Tina Zeltner aus Österreich unterlag sie durch eine Yuko-Wertung.



Andreas Tölzer mit DJB-Trainer Daniel Gürschner



Von links: Aaron Hildebrand, Anthony Zingg, Marc Odenthal, Karl-Richard Frey, Christian Hellinger und Benjamin Münnich; dahinter Bundestrainer Daniel Gürschner

Andrea Haarmann, Walter Trapp und Hans Gondzik gewinnen Gold

W eit über 1.000 Judokas aus 34 Nationen nahmen in diesem Jahr an den Europameisterschaften der Judokas über 30 Jahren in der französischen Hauptstadt teil. Die teilnehmerstärksten Teams stellten Gastgeber Frankreich (449 Starter) und Russland (142 Starter). Aus Deutschland hatten 87 Athletinnen und Athleten die Reise ins Nachbarland angetreten. Aus Nordrhein-Westfalen standen eine Frau und zwölf Männer auf den Pariser Matten.

In den Einzelwettkämpfen holten die deutschen Judokas acht Gold-, sechs Silber- und 15 Bronzemedailles sowie 13 fünfte und fünf siebte Plätze. Der Anteil aus Nordrhein-Westfalen lag bei drei Goldmedaillen, einer Silbermedaille, zwei Bronzemedailles, einem fünften und einem siebten Platz. Russland gewann den Medaillenspiegel (25/20/25) vor Frankreich (19/20/45) und Deutschland.

Insbesondere bei den Männern bot sich in einigen Gewichtsklassen ein dichtes Teilnehmerfeld von bis zu 35 Aktiven. Manfred Zöllner vom 1. Budokan Hünxe musste fünf Siege einfahren, um sich am Ende über eine Bronzemedaille freuen zu können. Ulrich Kreutz vom Brander TV, der erst im Finale gegen den Finnen Maamar Bouzada unterlag, hatte zuvor vier Begegnungen für sich entschieden. Vier vorzeitige Siege holte auch Walter Trapp vom PSV Duisburg, der sich den Titel in der 81-kg-Klasse der 65- bis 69-Jährigen sicherte. Hans Gondzik vom Halterner JC gewann zwei Kämpfe, unterlag gegen Urgestein Arthur Schnabel und konnte am Ende dennoch aufgrund der besseren Unterbewertung die Goldmedaille gewinnen. Bei den Frauen war Andrea Haarmann vom Judo-Klub Hagen einzige Starterin aus Nordrhein-Westfalen. Mit drei Siegen belegte sie ebenfalls den ersten Rang.



Fotos: Erik Gruhn

Walter Trapp



Andrea Haarmann

Die Ergebnisse der Judokas aus Nordrhein-Westfalen:

Männer

M4 -81 kg:

5. Jörg Heynen, TSV Hertha Walheim

M5 -73 kg:

2. Ulrich Kreutz, Brander TV

M6 -81 kg:

3. Manfred Zöllner, 1. Budokan Hünxe

M6 +100 kg:

3. Bernd Weigand, Judo-Club Hennef

M7 -73 kg:

7. Peter Mlynek, JC 66 Bottrop

M8 -81 kg:

1. Walter Trapp, PSV Duisburg

M8 +100 kg:

1. Hans Gondzik, Halterner JC

Frauen

F4 -70 kg:

1. Andrea Haarmann, Judo Klub Hagen

Titel für Dax-Romswinkel/Loosen



Zweimal Gold und einmal Bronze gab es für die Judokas aus NRW bei den Kata-Europameisterschaften in Cottonera/Malta. Aus Nordrhein-Westfalen waren fünf Paare am Start.

In der **Ju-no-kata** konnten Wolfgang Dax-Romswinkel und Ulla Loosen ihre Leistung aus dem Vorjahr bestätigen und wurden Europameister in der Altersklasse 2. Beim Start in der offenen Klasse (die Medaillenträger der beiden Altersklassen) wurde das Ergebnis des Vorjahres noch übertroffen. Obwohl auch die Sieger des Vorjahres am Start waren, holten sie in überlegener Manier auch die Goldmedaille in der offenen Klasse.

Die **Katame-no-kata** sah Godula Thiemann und Jenny Goldschmidt am Start. Mit nur fünf Punkten Rückstand auf Platz drei wurde ihnen als Vierte der große Wurf eines Medaillengewinns versagt.

In der **Kime-no-kata** kamen Jörn Sinsilewski und Volker Degenhardt auf Platz neun (14 Starter Altersklasse 1), und Roman Jäger und Dieter Born auf Platz sechs (neun Starter Altersklasse 2).

Beim Europa-Cup der **Koshiki-no-kata** starteten drei NRW-Paare. Michael Hoffmann und Dieter Münnekhoff bestätigten ihre gute Leistung vom Vorjahr und gewannen die Bronzemedaille. Ulla Loosen und Wolfgang Dax-Romswinkel kamen mit kleinem Punkterückstand auf Platz vier. Roman Jäger und Dieter Born mussten mit dem achten Platz vorlieb nehmen.

Insgesamt eine gute Bilanz für unsere NRW-Starter, was auch Hoffnung auf mehr macht.

Karl-Heinz Bartsch

NWJV dominiert in Maintal

Mit vier von sieben möglichen Titeln zeigten die Kata-Aktiven aus NRW bei den Deutschen Kata-Meisterschaften im Maintal (Hessen), dass die forcierte Arbeit der letzten Monate Früchte trägt. Besonders erfreulich ist die Breite, in der unser Landesverband mittlerweile aufgestellt ist, denn neben den Titeln gab es eine Reihe weiterer Medaillen für den NWJV.

1. Jugendpokal: Zwei von drei Medaillen - aber leider kein Gold

Seit Jahren stellt das Judoteam Ostwestfalen die meisten Teilnehmer im Kata-Jugendpokal. 2013 war keine Ausnahme. An der Spitze gab es einen Zweikampf zwischen Jennifer Nürnberger/Colin Ebel und ihren Konkurrenten aus Hessen. In der Vorrunde konnten die Ostwestfalen noch einen knappen Vorsprung erarbeiten, der sich aber im Finale wieder umkehrte. So blieb am Ende der zweite Platz. Besonders erfreulich und hervorzuheben ist der dritte Platz des erst 13-jährigen Alession Murrone mit seinem Partner Sven Nürnberger. Man darf gespannt sein, was in Zukunft von diesen beiden noch zu sehen sein wird.

2. Nage-no-Kata: Comeback von Arslan/Sessini - aber wer rückt nach?

Nachdem sie im vergangenen Jahr ausgesetzt hatten, sind Yusuf Arslan und Sergio Sessini wieder zurück. War der Vorlauf noch nicht so rund wie gewohnt, konnten sie im Finale überzeugen und sich ihren siebten Titel sichern. Daniel Zila und Erik Dieckerhoff verpassten als Siebte des Vorlaufs das Finale knapp und landeten wie die übrigen NRW-Paare im Mittelfeld der 18 teilnehmenden Paare.

3. Katame-no-Kata: NRW-Quartett hinter den Vizeweltmeistern auf Platz zwei bis fünf

Dass die Oldenburger Vizeweltmeister Sebastian Frey und Seikam Chow ihren Titel verteidigen würden, stand von vornherein außer Frage. Gespannt durften man nur auf die Platzierungen dahinter sein. Besonders erfreulich: Gleich vier NRW-Paare sicherten sich die Plätze zwei bis fünf. Hier hatten Godula Thiemann und Jenny Goldschmidt, die Vizemeisterinnen des Vorjahres, die Nase vorne. Dahinter ging es sehr knapp zu, wobei Markus und Carsten Böger das glückliche Ende vor Hanna Hufschmidt/Sebastian Bergmann und Thomas Agricola/Maik Landgrafe hatten. Mit diesen Paaren ist der NWJV in der Breite besonders gut aufgestellt, und dem einen oder anderen Paar kann man ohne weiters zutrauen, sich noch weiteres zu steigern.

4. Ju-no-Kata: Dax-Romswinkel/Loosen nicht mehr allein in NRW

Nachdem Wolfgang Dax-Romswinkel und Ulla Loosen in den letzten Jahren teilweise die einzigen NRW-Starter in der vormals durch NRW-Paare dominierten Ju-no-Kata waren, rücken nun langsam weitere Paare nach. Die intensive Trainingsarbeit zahlte sich dann auch für Frenny Hoettgen und Olaf Müller aus, die bei ihrer ersten DKM ins Finale und dort auf Platz fünf kamen. Der Abstand zu den Medaillenträgern war gering und lässt für die Zukunft hoffen. Am Sieg der amtierenden Europameister Wolfgang Dax-Romswinkel und Ulla Loosen gab es aber nichts zu rütteln. Für Ulla Loosen war es übrigens der sechste Titel und die elfte Medaille in der Ju-no-Kata - absoluter Rekord!

Ju-no-Kata mit Wolfgang Dax-Romswinkel und Ulla Loosen bei den Deutschen Kata-Meisterschaften 2012 in Verl

Foto: Erik Gruhn

5. Kodokan Goshinjutsu: Einziger Wettbewerb ohne NRW-Medaille

In der Kodokan-Goshinjutsu starteten schon auf der Westdeutschen Meisterschaft nur zwei Paare, was zeigt, dass diese Kata ein wenig das Sorgenkind in NRW ist. Norbert Schäfer und Gerd Krämer unterlief obendrein ein deutlicher Patzer, so dass sie das Finale nicht mehr erreichen konnten. Dies gelang auch Jenny Goldschmidt und Achim Jäger in ihrem ersten Jahr in dieser Kata nicht. Damit fand die Medaillenvergabe leider ohne NRW-Beteiligung statt.

6. Kime-no-Kata: Sinsilewski/Degenhart holen Titel - dazu noch Bronze und Platz vier für NRW

In der Kime-no-Kata erreichten drei NRW-Paare das Finale der besten Vier des Vorlaufs, so dass zwei Medaillen sicher in NRW-Hand waren. Die Frage war nur, welche Farben es werden würden. Bereits in der Vorrunde konnten sich Jörn Sinsilewski und Volker Degenhart ein gutes Stück vor ihren hessischen Dauerkonkurrenten absetzen und bestätigten dies auch im Endlauf. So ging Gold nach NRW, Silber nach Hessen. Den Bronze-Rang belegten Markus und Carsten Böger vor Andreas Kroh und Gottfried Wellmann, denen damit Platz vier blieb. Insgesamt eine tolle Leistung und ein tolles Ergebnis, mit dem man vorher nicht unbedingt hat rechnen können.

7. Koshiki-no-Kata: Podest komplett in NRW-Hand

Erstmals wurden in diesem Jahr Wettkämpfe in der Koshiki-no-Kata ausgetragen, so dass das Niveau der Konkurrenz schwer einzuschätzen war. Vier Wochen zuvor, bei den Europameisterschaften auf Malta, konnten Michael Hoffmann und Dieter Münnekhoff die Bronzemedaille gewinnen - unmittelbar vor Ulla Loosen und Wolfgang Dax-Romswinkel. Dass diese beiden Paare am Ende Gold und Silber für NRW gewannen, konnte also niemanden wirklich überraschen. Relativ dicht dahinter folgte mit Peter Wibberg und Sebastian Niehaus ein weiteres NRW-Paar auf dem Bronze-Rang, so dass der komplette Medaillensatz an den NWJV ging. Besser geht es nicht!

Allgegenwärtig: Die Trauer um Dieter Born

Die Trauer um und das Gedenken an den zwei Wochen zuvor verstorbenen Dieter Born war bei dieser DKM allgegenwärtig. Alle Mitglieder der Kata-Nationalmannschaft - und einige weitere Teilnehmer - starteten mit einer Trauerbinde am Arm. Der DJB gab ferner die Austragung eines Pokalturniers am 30.11./01.12.2013 als Gedenkturnier bekannt. Roman Jäger, KDV in Bonn und Kata-Partner von Dieter Born, übergab dem DJB einen von der Kata-Nationalmannschaft und weiteren Freunden Dieter Borns gestifteten Wanderpokal für den besten Newcomer des Pokalturniers.





Das Judo Festival

„Judo für Generationen“

Anlässlich des 60-jährigen Jubiläums des Deutschen Judo-Bundes (DJB) richtet der nationale Verband vom 3. bis 6. Oktober in Köln ein großes Judo-Festival aus. Auf dem Programm stehen dabei unter anderem verschiedene Einzel- und Mannschaftswettbewerbe, zahlreiche Kurse mit rund 70 Referenten und ein Länderkampf der DJB-Nationalmannschaft mit den Niederlanden. Veranstaltungsstätten sind das Bundesleistungszentrum Judo (BLZ), die Deutsche Sporthochschule Köln (DSHS) sowie das Deutsche Sport & Olympia Museum.

„2013 besteht unser Verband seit 60 Jahren. Wir wollen dieses Jubiläum feiern, es aber zugleich für einen Blick in die Zukunft nutzen. Das drückt sich in dem Motto aus, das wir für dieses Jahr und das große Judo-Festival in Köln gewählt haben: ‚Judo für Generationen‘. Kinder, Jugendliche, junge wie ältere Erwachsene sollen sich auf unseren Matten wohlfühlen - und das in möglichst großer Zahl. Wichtig für

den DJB, die Landesverbände und die Vereine vor Ort ist besonders die ‚Next Judo-Generation‘. Wir wollen mehr junge Menschen dafür gewinnen, den Judogi anzuziehen, die dunkleren Gürtelgrade zu erwerben und die Judowerte zu leben“, erklärt DJB-Präsident Peter Frese.

Das Judo-Festival in Köln vereint Menschen aus Judo-Vereinen aus ganz Deutschland, bietet ein facettenreiches und interessantes Programm, ein tolles Rahmenprogramm abseits der Judomatte mit großem Fun-Faktor, eine große Judo-Gala am Samstagabend, Workshops zum Thema Japan und dient als Austauschplattform auf allen Ebenen.

Weitere Informationen zum Judo-Festival in Köln (Programmablauf, Übersicht der Referenten etc.) sind zu finden unter www.festival.judobund.de

Erwerb von kostengünstigen Judomatten

Vereinen, die mit mehreren Mitgliedern am Judo-Festival teilnehmen, bietet der DJB die Chance, Judomatten nach dem Festival kostengünstig zu erwerben. Der Normalpreis pro Quadratmeter Judomatten der Marke Dax-Tatami beträgt 42,00 € (inkl. MWST).

Der Deutsche Judo-Bund bietet allen DJB-Vereinen, die die nachfolgenden Bedingungen erfüllen, einen **Rabatt von 15 %** pro Quadratmeter Mattenfläche!

Bedingung: Vereine, die mit mindestens **zwölf** Personen (bezahlte Dauerkarte) am Judo-Festival teilnehmen, oder eine vergleichbare Anzahl von bezahlten Tageskarten (48 Personen) besitzen.

Mattenbestellungen können **bis 2.9.2013** erfolgen. Infos unter www.festival.judobund.de



www.festival.judobund.de

Die Wettkämpfe

Donnerstag, 3. Oktober 2013

Mixed-Generationenkampf

Zeit: ab 12:00 Uhr

Teilnehmer: je zwei Judokas U 12, U 15, U 18, Männer/Frauen

Gewichts- und Altersklassen:

männlich: Gewichtsklassen: U 12: -37, -43 kg, U 15: -46, -55 kg, U 18: -60, -73 kg, Männer: -73, -90 kg

weiblich: Gewichtsklassen: U 12: -36, -44 kg, U 15: -48, -57 kg, U 18: -57, -70 kg, Frauen: -57, -70 kg

Freitag, 4. Oktober 2013

Bodenturnier Ü30

Zeit: ab 16:00 Uhr

Teilnehmer: Männer und Frauen Ü30 (Jahrgänge 1983 und älter)

Gewichtsklassen: Gewichtsnahen Gruppen. Die Teilnehmer werden ausgewogen. Die jeweils vier aufeinander folgenden Gewichte bilden eine Gewichtgruppe.

Hinweise: Es wird in einem Poolsystem mit maximal vier Kämpfern oder Kämpferinnen, Jeder gegen Jeden gekämpft. Wettkampfbeginn ist im Kniestand. Die Kampfzeit beträgt drei Minuten.

Jugend-Kata-Turnier (Nage-No-Kata)

Zeit: ab 14:00 Uhr

Teilnehmer: Die Wettbewerbe werden in den Altersklassen U 11, U 14, U 17 und U 20 ausgetragen. Bei Judokas unterschiedlicher Altersklassen, die aber zusammen die Kata werfen, zählt das Alter des Älteren. Es gibt keine Trennung weiblich/männlich, es können auch gemischtgeschlechtliche Paare antreten. Sollten in einer Alterklasse zu wenige Teilnehmer vorhanden sein, können benachbarte Altersklassen zusammengelegt werden.

Hinweise: Jedes Paar wirft pro Wettbewerbs-Durchgang eine Gruppe der Nage-No-Kata. Je nach Anzahl der Teilnehmer werden Pools von 3-5 Paaren ausgelost. Es finden so viele Durchgänge statt, dass jedes Paar jeweils mit anderen Paaren in einem Pool war.

Samstag, 5. Oktober 2013

Kata-Show-Wettbewerb

Zeit: ab 14:00 Uhr

Die Show ist die technische Darstellung einer Kampfsimulation mit Judo- und anderen Selbstverteidigungstechniken.

Teilnehmer: Jedes Team besteht aus mindestens zwei, maximal aus sechs Teilnehmern. Mindestalter: Geburtsjahr 2004 oder älter. Jedes Team kann beliebig aus Jugendlichen und Erwachsenen sowie Frauen und Männern gemischt zusammengesetzt sein. Die Vorführung sollte etwa zwischen zwei und drei Minuten dauern. Bis zu neun Teams erfolgt nur ein Durchgang, bei mehr als neun Teams werden zwei Pools gebildet. Die besten drei Teams je Pool bestreiten einen Finaldurchgang. Die Vorführung kann mit Musik hinterlegt werden, diese muss bei der Registrierung abgegeben werden.

Akzeptables Equipment sind Imitationen klassischer japanischer Waffen bzw. Pistolen-Imitationen wie in der Kodokan Goshin Jutsu. Die Vorführung soll in weißem Judogi stattfinden.

Hinweise: Die Vorführungen werden bewertet nach Effizienz, Präzision und Variation der Techniken, Choreografie, Originalität, Tradition.

DJB-Vereinspokal

1. Vereinspokal U 17

Zeit: ab 9:00 Uhr

Teilnehmer: Jahrgänge 1997, 1998, 1999

Gewichtsklassen:

männlich: -50, -60, -70, -80, +80 kg (mind. 73 kg)

weiblich: -48, -55, -63, -70, +70 kg (mind. 64 kg)

Hinweise: Eine Mannschaft besteht aus fünf Kämpfern oder Kämpferinnen, von denen mindestens vier aus einem Verein kommen müssen. Ein/e Starter/in kann aus einem anderen Verein des gleichen Landesverbandes sein. Dies muss bei der Anmeldung angegeben werden. Insgesamt können maximal sieben Mannschaftsmitglieder gemeldet werden.

2. Vereinspokal U 14

Zeit: ab 9:00 Uhr

Teilnehmer: Jahrgänge 2000, 2001, 2002

Gewichtsklassen (männlich und weiblich): -40, -50, -60, +60 kg (mind. 55 kg)

Hinweise: Eine Mannschaft besteht aus vier Kämpfern oder Kämpferinnen, von denen mindestens vier aus einem Verein kommen müssen. Ein/e Starter/in kann aus einem anderen Verein des gleichen Landesverbandes sein. Dies muss bei der Anmeldung angegeben werden. Insgesamt können maximal sechs Mannschaftsmitglieder gemeldet werden.

Sonntag, 6. Oktober 2013

Am Sonntag finden keine Wettkämpfe statt.

Das vollständige Programm des Judo-Festivals finden Sie unter www.festival.judobund.de

Judo-Gala

am Samstag, 5. Oktober 2013, ab 18:00 Uhr

mit Länderkampf Deutschland - Niederlande

Der Eintritt für die Judo-Gala beim Judo-Festival ist für Dauerkartenbesitzer kostenlos. Tageskarteninhaber zahlen die Hälfte.

Besucher ohne Festivalkarten können Eintrittskarten für die Judo-Gala vorab zum Preis von 20,00 € erwerben (Abendkasse 25,00 €).

Facebook

Werde Mitglied der Gruppe Judo Festival!



Ulrike Scherbarth (Mönchengladbach) (rechts) gewinnt in der Klasse über 78 kg gegen Svetlana Tsimashenka (Brandenburg)

Judo-Bundesliga

Mönchengladbacher Frauen auf Finalkurs

In der **1. Judo-Bundesliga der Frauen** steht der 1. JC Mönchengladbach nach dem zweiten Kampftag an der Tabellenspitze. Die Konkurrenten aus Brandenburg und Osnabrück wurden in eigener Halle mit 5:2 besiegt. Die Sportunion Annen konnte mit einem 4:2-Sieg gegen Hamburg und einem Unentschieden gegen Hermannsburg das Tabellenende verlassen und steht auf dem vierten Platz. Am 14. September könnte es in Bottrop zum „Finale“ um den Gruppensieg zwischen dem JC 66 und dem 1. JC Mönchengladbach kommen. Der Sieger der Gruppe Nord wäre dann auch Ausrichter der Finalrunde am 28. September.

Nach drei Kampftagen in der **1. Judo-Bundesliga der Männer** nehmen die West-Vereine nun wieder geschlossen die untere Tabellenhälfte ein. Beim Regionald Derby zwischen der Sportunion Annen und dem JC 66 Bottrop setzten sich die Gastgeber vom Kälberweg mit 8:5 durch und konnten damit ihre ersten beiden Punkte einfahren. Schlusslicht TSV Hertha Walheim unterlag vor heimischem Publikum mit 3:11 auch gegen den neuen Tabellenführer JC 90 Frankfurt (Oder), der von der Niederlage des UJKC Potsdam in Hamburg profitierte. Noch vor der Sommerpause wird die Vorrunde mit dem vierten Kampftag (29. Juni) und fünften Kampftag (13. Juli) beendet. Die Sportunion Annen hat am 13. Juli noch einen Heimkampf gegen den JC 90 Frankfurt (Oder).

In der **2. Judo-Bundesliga der Frauen** sind die Entscheidungen gefallen. Nach der sehr ausgeglichenen Saison steht der Osnabrücker TB als Aufsteiger in die 1. Liga der Frauen fest. Bei einem Verzicht würde auch das Startrecht in der 2. Liga verfallen. Der PSV Duisburg, nach zwei 5:2-Siegen gegen Osnabrück und Wermelskirchen vor dem letzten Kampftag noch an der Tabellenspitze, musste sich wie schon im vergangenen Jahr am letzten Kampftag mit 2:4 gegen Budokan Lübeck geschlagen geben. Damit fielen die Duisburgerinnen in der Abschlusstabelle auf Rang drei zurück, sind damit aber dennoch bester West-Verein in dieser Liga. Aufsteiger Stella Bevergern erreichte nach einem 4:3-Sieg gegen den JC Wermelskirchen den sicheren fünften Platz. DJK Adler 07 Bottrop und der JC Wermelskirchen müssen um den Klassenerhalt bangen.

In der **2. Judo-Bundesliga der Männer** wird noch bis nach den Sommerferien pausiert. Am 14. September kämpft Tabellenführer TSV Bayer 04 Leverkusen auswärts beim JC Eberswalde, der JC Bushido Köln muss bei den Judokas in Holle antreten und der Tabellenletzte PSV Bochum empfängt zuhause den 1. JC Mönchengladbach.

Text: Erik Gruhn
Foto: Christian Schiebl

1. Bundesliga Männer

1. Frankfurt (Oder)	3	229:119	27:13	6
2. Hamburger JT	3	179:138	23:18	4
3. UJKC Potsdam	3	169:164	20:20	4
4. JC 66 Bottrop	3	176:172	19:19	2
5. SU Annen	3	159:180	18:21	2
6. Hertha Walheim	3	111:250	12:28	0

1. Bundesliga Frauen

1. M'gladbach	3	151:28	17:4	6
2. JC 66 Bottrop	2	101:12	11:3	4
3. Brandenburg	3	120:85	12:9	4
4. SU Annen	3	56:108	7:13	3
5. Hamburger JT	3	90:101	9:12	2
6. Croc. Osnabrück	4	79:180	10:18	2
7. Hermannsburg	4	78:161	10:17	1

2. Bundesliga Männer

1. B. Leverkusen	4	383:112	40:13	8
2. A. Spremberg	4	307:179	32:20	7
3. M'gladbach	4	269:207	29:22	5
4. Bushido Köln	4	259:195	27:22	4
5. JC Eberswalde	4	229:212	25:23	4
6. Judo in Holle	4	241:242	27:25	4
7. Babelsberg	4	147:327	15:34	0
8. PSV Bochum	4	65:426	8:44	0

2. Bundesliga Frauen

1. Osnabrücker TB	7	267:159	29:17	10
2. VfL Stade	7	237:207	25:21	10
3. PSV Duisburg	7	254:166	27:18	8
4. Bud. Lübeck	7	197:232	22:24	7
5. Stella Bevergern	7	199:214	21:24	7
6. MTV Vorsfelde	7	205:208	21:24	6
7. Adler Bottrop	7	199:251	21:26	6
8. JC Wermelsk.	7	156:277	17:29	2

Neustart – Jetzt seid ihr dran!

Jugendsprecher- offensive 2012/ 2013

Ihr wollt euren Verein mitgestalten? Ihr wollt Events planen und durchführen? Ihr wollt die Zukunft eures Vereins mitbestimmen? Dann fragt in eurem Verein und engagiert euch als Jugendsprecher oder gründet ein J-Team. Wir wollen euch dabei unterstützen! Als Ansprechpartner stehen wir euch zur Verfügung. Außerdem findet ihr unter www.nwjv.de/jugend/aktuelles weitere Informationen zu den wichtigsten Fragen. Macht mit und gestaltet das Junge Ehrenamt im NWJV mit!

Als Anerkennung für deine ehrenamtliche Arbeit schenken wir dir außerdem die Sportmanagementkarte des Deutschen Sportausweises. Wenn du zum Jugendsprecher gewählt, oder du Mitglied eines J-Teams geworden bist, sende uns einfach das ausgefüllte Datenblatt (Download von der NWJV-Seite) via E-Mail oder per Post zurück. Wir übernehmen die Anmeldung und die Beschaffung der Sportmanagementkarte. Die bekommst du dann automatisch zugeschickt.

Jugendevent ... für „junges Engagement“

27.-29. September 2013 im Feriendorf Hinsbeck

Ehrenamt ist für mich...

Unter diesem Motto findet dieses Jahr das Jugendevent statt. Ehrenamt ist für mich ... Vielfalt im Sport, Politik, wertvoll, Gemeinschaft und vieles mehr! Äußere Wünsche, gestalte Deine eigenen Inhalte und lade andere ein mitzumachen. Du findest uns und viele weitere Informationen auch auf Facebook:

www.facebook.com/impulssportnrw

Dein Jugendevent

Es ist das Jugendevent der Möglichkeiten: Jeder kann während des Wochenendes an Kicks (kurze Workshops) teilnehmen oder diese anbieten. Ob aus der Sportpraxis mit Sportarten und Spielen oder aus dem Vereinsmanagement mit theoretischen Inputs und Diskussionsrunden, ob Kuscheljudo, Bounceball oder Improvisationstheater – einfach alles ist möglich! Sei dabei ...

Angesprochen sind alle Jugendlichen im Alter von 14 bis 26 Jahren: Gruppenhelfer, Sporthelfer, Jugendsprecher, Übungsleiter, Junior- und Vereinsmanager, FSJler, BFDler, Jugendliche, Sportinteressierte und alle, die sich im Sport engagieren. Wir bieten zwei Übernachtungen im Jugendferiendorf Hinsbeck, viele Möglichkeiten für eure Kicks, Sport- und Schwimmangebote bis in die Nacht, interaktives Abendprogramm, volle Verpflegung. Der Teilnehmerbeitrag beträgt 20,00 €. Melde dich schnell an unter www.impulssport.net. Ansprechpartnerin: Sonja Metz, Tel.: 02 03 / 73 81 - 8 44, E-Mail: Sonja.Metz@lsb-nrw.de

Wir laden dich ein!

Melde dich als
Jugendsprecher bei der
NWJV Jugendsprecheroffensive



Erhalte das T-Shirt des
Judo J-Teams NRW

Nimm kostenlos am
Impulssport Jugendevent teil!

Alle Infos unter:
www.nwjv.de/jugend/aktuelles





U 15-Kooperationslehrgang Münster/Arnsberg

126 Nachwuchsjudokas nahmen am Kooperationslehrgang der Bezirke Münster und Arnsberg in Witten teil. Während der beiden Trainingseinheiten, die von Kai Kirbschus, dem Bezirkstrainer Arnsberg, und Frank Urban, dem Landestrainer U 15/U 18 weiblich, geleitet wurden, lernten die Jugendlichen neue Techniken und sammelten

viel Kampferfahrung mit bisher unbekanntem Partnern. Trainiert wurde außerdem unter der Aufsicht von Eduard Matijass (Landestrainer U 15/U 18 männlich) und der Bezirkstrainer Kai Strietzel (Münster), Sebastian Podsadoczny, Astrid Pohl (beide Arnsberg), Roman Paris (Trainer SUA Witten) sowie Hanno Keller (Trainerassistent). Nach dem Lehrgang hatten alle Teilnehmer freien Eintritt beim ebenfalls in Witten stattfindenden Bundesligaderby zwischen der SUA Witten und dem JC 66 Bottrop.

Hanno Keller

Ausgezeichnet – Judo im TK Grevenbroich

Der Landessportbund NRW zeichnete die Judoabteilung des TK Grevenbroich als Stützpunktverein im DOSB-Programm „Integration durch Sport“ aus. Den Grundstein für diese Erfolgsgeschichte legte Abteilungsleiter Hubert Kasper lange zuvor.

Im Jahre 2009 erarbeitete Kasper ein Konzept, um die Judoabteilung in seinem Verein neu auszurichten. „Die gesamte Breite unseres Sports sollte zukunftsfähig ausgerichtet sein und auch die langfristige Mitgliederentwicklung auf tragfähige Füße gestellt werden“, beschreibt Kasper sein Ziel. Ergebnis: Im Breiten- wie Leistungssport wuchs die Mitgliederzahl von 80 auf zurzeit 132 Mitglieder innerhalb der letzten Jahre an. Der Zuwachs leitet sich aus der besonderen Förderung von Kindern und Jugendlichen mit Migrationshintergrund ab – insbesondere Spätaussiedler und Türken. Heute besteht die Judoabteilung zu 45 Prozent aus Kindern und Jugendlichen mit Migrationshintergrund, 2009 waren es nur rund zehn Prozent. Beachtlich

– meint auch der Landessportbund. Voller Stolz nahm Kasper daher von seinem Vorsitzenden Norbert Steffen die Urkunde „Stützpunktverein – Integration durch Sport“ entgegen und konnte sich auf die künftige Förderung freuen. Und damit noch nicht genug, denn das Konzept ist bis 2015 angelegt und strebt insgesamt 200 Mitglieder und darunter 65 Prozent mit Zuwanderungsgeschichte an.

Wie er das schaffen will? „Die gesamten Aufgaben kann man nur mit einem großartigen Trainerteam bewältigen. Hier im Besonderen meine Frau Silvia und Tochter Sabine sowie Friedrich Acker, Judo-Urgestein Heinz-Josef Brandt, Carsten Erler und die Trainerassistenten Daniel Ziade, Alexander Wegele und Mustafa Dursun“, verrät Kasper. Festzuhalten also: Es braucht ein Team. Und wie genau er das geschafft hat und weiter vorantreiben will, verrät Kasper allen Interessierten gerne unter 01 79 / 5 27 44 30 selbst.

Bianca Klug



Landesmannschaftsmeisterschaften in Dülmen

Die Landesmannschaftsmeisterschaften im G-Judo wurden von der DJK Dülmen ausgerichtet. Einmal mehr ist es den Dülmener Judokas unter der Leitung von Bernard Freitag und seinem Verein gelungen, in einer kleinen und sehr gemütlichen Sporthalle perfekte Meisterschaften durchzuführen. Ausgekämpft wurden die Landesmannschaftsmeisterschaften wiederum in Form eines „Japanischen Turniers“. Erstmals gab es jedoch keine Trennung nach Art und Schwere des motorischen Leistungsvermögens. Die sonst üblichen und notwendigen Leistungsstufen eins bis drei wurden in einer Wettkampfklasse zusammengefasst. Gekämpft wurde nach den Regeln der Wettkampfklasse II. Jedoch durften die Judokas jederzeit in der Bodenlage kämpfen. Alle Kämpfer stellten sich nach Gewicht auf und die beiden leichtesten Judokas begannen den Wettkampf. Der Sieger des Kampfes durfte so lange stehen bleiben, bis er seinen Kampf verlor (=Japanisches Turnier). Nach maximal vier Siegen musste aber auch der erfolgreichste Judoka seine Kämpfe beenden.

Da in der ersten Runde die Judokas mit schwächerem Leistungsniveau kaum Chancen hatten, gegen die fittesten Gegner zu bestehen, wurde mit zwei Trostrunden gekämpft. Jene Judokas, die bereits den ersten Kampf verloren hatten, durften in einer Trostrunde starten. Wer auch hier seinen ersten Kampf verlor, durfte auch noch in einer zweiten Trostrunde starten. Für jeden Sieg wurde dem jeweiligen Verein ein Punkt gutgeschrieben, egal ob in der Hauptrunde, in der ersten oder zweiten Trostrunde, so dass am Ende der Verein mit den meisten Punkten Mannschaftsmeister wurde.

Der neue Modus wurde zum einen gewählt, um wieder mehr Teilnehmer für die Mannschaftsmeisterschaften zu gewinnen. Zum andern gab es auch in Dülmen wieder den einen oder anderen Judoka, der normalerweise in der Wettkampfklasse II gemeldet wurde, in Dülmen aber auch Gegner der Wettkampfklasse I besiegen konnte.

In der Wettkampfklasse I bei den Männern schafften Nico Schneiders aus Duisburg, Patrick Müglitz aus Dülmen, Andre Conen aus Leverkusen und Markus Hülshorst aus Essen jeweils vier Siege. Bei den Frauen gelang dies Angelina Simon aus Hünxe und Belinda Kobabas aus Leverkusen. Am Ende war es vor allem bei den Männern ganz knapp. Mit nur einem Punkt Vorsprung gewannen die Schüler der Christian-Zeller-Schule aus Duisburg zum ersten Mal die Landesmannschaftsmeisterschaft der G-Judokas vor der DJK Dülmen und der Lebenshilfe Essen. Bei den Frauen siegte der Ausrichter DJK Dülmen mit zwei Punkten Vorsprung vor Bayer 04 Leverkusen und Budokan Hünxe.

Text: Dr. Wolfgang Janko
Fotos: Roswitha Bosbach



Ergebnisse Frauen

1. DJK Dülmen (16 Punkte)
2. TSV Bayer 04 Leverkusen (12)
3. Budokan Hünxe (10)
4. BSG Kleverland (2)

Ergebnisse Männer

1. Christian-Zeller-Schule Duisburg (16 Punkte)
2. DJK Dülmen (15)
3. Lebenshilfe Essen (14)
4. Mifune Hückeswagen (9)
5. TSV Bayer 04 Leverkusen (8)
6. Budokan Hünxe (7)
7. BSG Kleverland (1)



DJB-Ämter

Auf der Jugendvollversammlung des Deutschen Judo-Bundes (DJB) in Magdeburg stellte Erik Gruhn aus Duisburg (Foto links), der im März das Amt des DJB-Pressereferenten übernommen hat, sein Amt als stellvertretender Bundesjugendleiter zur Verfügung. Als Nachfolger wurde Moritz Belmann aus Telgte, Jugendsprecher des NWJV, einstimmig gewählt. Erik Gruhn hatte der DJB-Jugendleitung 13 Jahre lang angehört. Moritz Belmann ist mit seinen 21 Jahren nun jüngstes Mitglied der Bundesjugendleitung.



Lothar Voigt verstarb im Alter von 75 Jahren

Am 15. Mai 2013 ist unser Freund und Sportkamerad Lothar Voigt im Alter von 75 Jahren nach schwerer Krankheit im Kreise seiner Familie verstorben.



Lothar Voigt betrieb seinen geliebten Judosport seit 1955 und hatte den 3. Dan. Er trainierte zuerst in der Judoschule Prass und anschließend beim JJC Düsseldorf, bis er die Judoabteilung in der TG Neuss über viele Jahrzehnte leitete. In jungen Jahren war er als erfolgreicher Wettkämpfer weit über die Grenzen Nordrhein-Westfalens hinaus bekannt. Später verkörperte er als erfolgreicher Trainer und Kampfrichter beispiellos den Geist des Judo.

Wir nehmen Abschied von einem Judoka, der immer ein offenes Haus hatte, vielen sein Gehör schenkte und häufig mit Rat und Tat zur Seite stand.

Friedhelm Iske



Hochzeit

Das Ja-Wort gaben sich im Mai Susann Stammwitz, Bezirkstrainerin im Bezirk Düsseldorf und Deutsche Vizemeisterin 2006, und Dominik Haußmann, Kreisjugendleiter im Kreis Krefeld. Herzlichen Glückwunsch!

Trauer um Dieter Born

Am 3. Juni 2013 verstarb für uns alle überraschend der Judoka, Japanologe und Verleger Dieter Born aus Bonn im Alter von 52 Jahren.

Dieter hat sich unermüdlich über Jahrzehnte für die Entwicklung und Förderung des Judo engagiert und sich dabei große Verdienste erworben. Als junger Student zog es ihn für mehrere Jahre nach Japan, wo er an der Waseda-Universität Japanologie studierte und im dortigen Judo-Club, im Dojo der örtlichen Polizei und vor allem im Kodokan trainierte. Der Höhepunkt seiner Laufbahn als Wettkämpfer war sicherlich die Teilnahme an der Finalrunde um die Alljapanische Studentenmeisterschaft der Mannschaften.

Zurück in Deutschland ließ sich der gebürtige Düsseldorfer in Bonn nieder und gründete den Verlag Dieter Born, in dem zahlreiche Budo-Fachbücher und das Japan-Magazin, die einzige regelmäßig erscheinende Zeitschrift über Japan und japanische Kultur, erschienen sind. Indem er über viele Jahre - auch als Vorsitzender der deutsch-japanischen Gesellschaft in Bonn - unermüdlich Japanthemen an die deutsche Öffentlichkeit herantrug, leistete er einen großen Beitrag zu interkulturellem Austausch zwischen West und Ost.



Der Verleger Dieter Born

Den deutschen Judokas leistete er nicht nur große Dienste als Übersetzer von Standardwerken wie „Kodokan-Judo“ und der „Wurf-techniken des Kodokan-Judo“ von Toshiro Daigo. Daneben stellte er sich auch über viele Jahre als Übersetzer zur Verfügung, wenn japanische Judolehrer wie zum Beispiel Shiro Yamamoto (9. Dan) Lehrgänge in Deutschland abhielten. Weiterhin organisierte Dieter Trainingsfahrten für deutsche Kataexperten und andere Interessierte, die im Kodokan bei den angesehensten Lehrern intensiv trainieren konnten.

Dieter war neben diesen zahlreichen Aktivitäten aber auch selbst mit Leib und Seele aktiver Judoka. So nahm er noch am 18./19. Mai diesen Jahres an den Kata-Europameisterschaften auf Malta in der Kime- und in der Koshiki-no-Kata teil. Mitte Juni hätte er auf der Deutschen Kata-Meisterschaft in beiden Kata starten sollen.

Das deutsche Judo ist Dieter Born zu großem Dank verpflichtet und wird sein Andenken in Ehren halten. In dieser schweren Stunde gilt unser Mitgefühl seiner Familie und seinen engen Freunden. Mögen sie alle die Kraft finden, diese schwere Zeit durchzustehen.

Wolfgang Dax-Romswinkel



Pfingstcamp in Willich

Das zweite Judo-Pfingstcamp der DJK VfL Willich war in diesem Jahr mit über 40 Teilnehmern aus Willich, Nievenheim, Kessel (Niederlande) und Esch (Luxemburg) nicht nur sehr gut, sondern auch international besetzt. Höhepunkt war die Trainingseinheit mit dem Spitzentrainer und mehrfachen Masters-Welt- und Europameister Walter Trapp, 6. Dan, der alle Judokas für Bodentechnik begeisterte. Natürlich waren auch die Trainer Monique Kedinger aus Luxemburg, Peter Thjssen aus den Niederlanden, Frank Beyersdorf aus Nievenheim sowie Camp-Organisator Thomas Rips mit Trainingseinheiten auf der Tatami präsent. Dass es rundum ein gelungenes Event wurde, erreichten die DJK-Judokas durch ein ständig parates Küchenteam sowie eine gelungene Partynacht und eine Nachtwanderung.

Thomas Rips

Wettkampfrandori in Düsseldorf

Die Trainerinnen Jessica Katstein und Anja Halberstadt eröffneten den ersten Rangeltag für Kinder und Jugendliche. Eingeladen waren viele Vereine aus dem Kreis Düsseldorf. Es fanden sich 30 Kinder ein, die sich mit Hilfe von acht Trainern des Post SV Düsseldorf im Kämpfen üben konnten. „Für den Anfang sind wir mit der Teilnehmerzahl sehr zufrieden, aber auf der Matte ist noch Platz für viele weitere Kinder“ so Trainerin Anja Halberstadt. Nach dem lustigen Aufwärmprogramm mit vielen judospezifischen Spielen ging es auf den drei Matten zur Sache. Jeder konnte sich individuell einen Trainingspartner suchen und gegen ihn kämpfen. Die Partner wurden häufig gewechselt, so gab es verschiedene Gegner, mit denen sich die Kids messen konnten. Von absoluten Anfängern bis zu den Fortgeschrittenen war alles auf der Matte vorhanden. Am Ende des Trainings war die einstimmige Meinung: „Wir hatten Spaß und wollen beim nächsten Mal wiederkommen“.

Danach waren die Erwachsenen am Zuge. Das bezirksoffene Randori hat sich in den letzten Jahren etabliert. Über 70 Judokas fanden sich auf der Matte ein. Alle machten sich gemeinsam unter der Leitung von Trainer Wilfried Marx warm. Auch hier hieß es nach dem Aufwärmen: „Kämpfen, kämpfen, kämpfen“. „Die erwachsenen Judokas schätzen dieses Training sehr, da es viele Teilnehmer gibt und jeder sich immer wieder auf viele neue Kämpfer einstellen muss“ so Initiator Alexander Meier. Es wurden auch viele Fotos geschossen, diese sind auf der Internetseite www.judokas.net zu finden.

Katharina Reitz

„Kinder stark machen“- Vereinsfest in Düsseldorf

Für ihr Engagement zum Thema Suchtvorbeugung bedankte sich die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) bei den Judo-Freunden 73 Düsseldorf mit einem „Kinder stark machen“-Vereinsfest. Die Judo-Freunde 73 Düsseldorf wurden als einer von zwei Vereinen deutschlandweit ausgelost. Dieses Jahr feiern die Judo-Freunde 73 Düsseldorf auch ihr 40-jähriges Jubiläum. So gestaltete die BZgA gemeinsam mit dem Verein in der Heinrich-Heine-Gesamtschule ein großes „Kinder stark machen“-Vereinsfest, bei dem die Besucher neben verschiedenen vereinseigenen Workshops (wie z.B. Tai Chi oder Capoeira) auf einer kleinen Bühne an spannenden Mitmachaktionen teilnehmen konnten. Die Kleinen hatten die Gelegenheit, ihre Geschicklichkeit, ihren Mut und Teamgeist an verschiedenen Spielstationen unter Beweis zu stellen.



Frank Lauks (stv. Abteilungsleiter Willich) Thomas Rips (Willich), Walter Trapp (Referent), Peter Thjssen (Kejuso Kessel/NL) (v. l. n. r.)

Erfolgreicher Schnupperkurs in Kamp-Lintfort

Mit zwei Aktionen hat sich der Budo-Club Kamp-Lintfort an der Aktion „Gewalt gegen Frauen - Nicht mit uns!“ beteiligt. Vormittags zeigten die Referenten Sandra und Dirk Schmitz Kindern der Ferienbetreuung aus Neukirchen in einem Drei-Stunden-Workshop die Grundzüge der Gewaltprävention. Auf der Matte herrschte reges Treiben, während die Schüler die Bewegungsabläufe mit ihren Betreuern ausprobieren.

Am frühen Abend wurde in einem Schnupperkurs für Frauen ein Portfolio an Bewegungsabläufen gezeigt, die auch Untrainierten die Möglichkeit gibt, sich zu verteidigen. In Grundzügen wurde auch die rechtliche Situation beleuchtet und gemeinsam Situationen gelöst,



die von den Teilnehmern beschrieben wurden. Nach fast zwei Stunden waren die Teilnehmerinnen sichtlich geschafft. Einen Teil der Frauen konnten die Referenten bereits in der Gruppe „Gewaltprävention“ des Vereins begrüßen.

Zu schön, um wahr zu sein

Den perfekten Tag wollten 23 Judokas erleben. Auf dem Plan stand die Prüfung zum nächsten Dan in Essen. Schließlich konnten alle ihr Ziel erreichen.



Voll des Lobes waren die zwei Prüfungskommissionen bei den meisten Prüflingen. Auch wenn nicht jedes Prüfungsfach fehlerfrei absolviert wurde, wussten die Aspiranten am Ende des Tages mit einer ordentlichen Gesamtleistung zu überzeugen. Mit einer makellosen Kata kann man bei einer Prüfung schon einmal einen guten Eindruck etablieren. Und auch die eigene Sicherheit wird so gefestigt. Folglich kann man durchatmen und beim Restprogramm locker aufspielen. Lläuft die Kata nicht so gut, muss man dies anschließend wieder wett machen. Das fordert vollen Einsatz. Hier hat man einen entscheidenden Vorteil: Schief gegangene Techniken kann man notfalls wiederholen. Technik vergessen im Stand? Ruhe bewahren und noch einmal in sich gehen. Der Hebel hat im Bodenprogramm nicht so funktioniert, wie er sollte. Einfach wiederholen. Die Prüfung haben bestanden:

zum 1. Dan: Maike Gruchot, Julie Illigen, Robert Wilsch, Dennis Wingender, Jan Gleichenhagen, Patrick Becker, Frederik Plücker, Sabrina Krampf, Daniela Jürgensen, Marc Spohr, Andreas Pott und Sebastian Kaubisch

zum 2. Dan: Ronja Wildberger, Andrea Gensicke, Udo Wendler, Gerd Schäfer und Detlef Schemann

zum 3. Dan: Heiko Fiedler

zum 4. Dan: Markus Thomas und Olaf Charles

zum 5. Dan: Panajotis Papadopoulos, Detlef Teschner und Karsten Gust

Die Prüfer: Stephan Bode, Winfried Leo, Dr. Michael Paridon, Karl-Heinz Bartsch, Peter Bazynski und Karsten Labahn

Text und Fotos: Silke Schramm



Dan-Prüfung in Hagen

14 Judokas waren zu der Prüfung in Hagen angetreten, um den nächsthöheren Dan zu erreichen.

So viele Kriterien müssen erfüllt sein, um eine Prüfung zu bestehen: Fleiß, Ausdauer, Willensstärke zum Beispiel, um nur einige zu nennen. Dazu muss man fähig sein, aus seinen Fehlern zu lernen und den Mut haben, sich neuen Herausforderungen zu stellen. Im Duden heißt es, dass Prüfung im übertragenen Sinne auch „schicksalhafte Belastung“ und im Sport „Wettbewerb, der bestimmte hohe Anforderung stellt“ bedeutet. Nun sollte eine Dan-Prüfung sicherlich keine Belastung sein, es werden wohl aber hohe Anforderungen an die Prüflinge gestellt. Dieser großen Aufgabe stellten sich die Dan-Anwärter bei der Hagener Dan-Prüfung. 13 bewältigten das enorme Pensum, konnten Schwächen wett machen und bestanden. Ein Teilnehmer hat das Ziel nicht erreicht. Bestanden haben:

zum 1. Dan: Jan-Philipp Binczyk, Steffen Gabsa, Justin Taubert, Xaver Stausberg, Stephen Kaubisch, Mirko Püntmann, Ricarda Ulankiewicz und Markus Wagner;

zum 2. Dan: Jörg Schönfeld, Christian Hesse und Holger Sasse;

zum 3. Dan: Axel Hadac

zum 5. Dan: Thomas Hoffmeister

Die Prüfer: Manfred Halverscheid, Gangolf Lohner, Andrea Haarmann, Jo Covyn, Michael Kaempf und Harald Klettke

Text und Foto: Silke Schramm



Krafttraining, Teil 46

Good Mornings (Rumpfaufrichten) und Dead Lift/Shrugs (Kreuzheben mit Schulteranziehen)



Good Mornings

Deuserband mit den Füßen sicher fixieren und über die Hals-/Trapezmuskulatur legen. Arme neben dem Kopf halten, Ellenbogen in Verlängerung der Schulter. Bei leicht gebeugten Knien den Oberkörper nach vorne beugen, bis er sich parallel zum Boden befindet und unter Anspannung der Rumpfmuskulatur in einem Zug aufrichten. Den Rücken beim Vorbeugen gerade halten (athletische Grundhaltung).

Autoren: Dirk Mähler und Marcus Temming
Fotos: Paul Klenner



Dead Lift mit Shrugs

Deuserband wieder sicher mit beiden Beinen fixieren (doppelt nehmen) und mit den Händen festhalten. Oberkörper nach vorne beugen, Rücken gerade halten (athletische Grundhaltung) und unter Anspannung Beine strecken und Oberkörper wieder aufrichten. Dabei die Spannung im Deuserband immer aufrecht erhalten.

In der oberen Position können dann die Schultern noch nach oben gezogen werden, um die Trapezmuskulatur stärker zu trainieren.

20-25 Wiederholungen,
3-4 Sätze



Nage-waza-ura-no-Kata: Konter gegen Nage-no-Kata und weitere Wurftechniken

von Wolfgang Dax-Romswinkel

Folge 7: Ko-uchi-gari mit Hiza-guruma kontern

Wissenswertes über Ko-uchi-gari

Ko-uchi-gari ist eine ausgesprochen vielseitig anwendbare Technik, von der es zahlreiche Variationen gibt. Vom Grundgedanken her greift Tori mit seinem rechten Fuß Ukes rechten - also den diagonal gegenüberliegenden - Fuß von innen her an, sichelt den Fuß von hinten nach vorne von der Matte weg und drückt Uke nach hinten um.

Die verschiedenen Varianten unterscheiden sich vor allem im Verhältnis zwischen der Wurfbewegung der Füße und dem Drücken mit den Händen bzw. dem Oberkörper. Außerdem lassen sich sowohl die Zugrichtung der Hände als auch die Richtung, in die gesichelt wird, mannigfaltig variieren.

Ko-uchi-gari / -barai / -gake / -maki-komi?

Weil es so zahlreiche Varianten gibt, besteht vielerorts auch das Bedürfnis, diese mit eigenen Namen zu benennen. Der Kodokan - so viel sei hier schon vorweg genommen - hat sich gegen eine Ausdifferenzierung offizieller Bezeichnungen für diese Varianten entschieden.

Die IJF, die eine gemeinsame Arbeitsgruppe mit dem Kodokan zur Benennung der Wurftechniken hatte, führt „Ko-uchi-maki-komi“ als Yoko-sutemi-waza. Die Bezeichnung „Ko-uchi-gake“ ist verschiedentlich zu lesen/hören, wenn damit Varianten beschrieben werden sollen, bei denen Tori mit seinem Fuß eine Hakelbewegung macht und/oder mit der Wade anstelle der Fußsohle wirft.

Die Einführung der Bezeichnung „Ko-uchi-barai“ wurde von der Arbeitsgruppe zur Festlegung von Namen im Kodokan diskutiert, aber verworfen. Dennoch taucht der Name in der aktuellen Kyu-Prüfungsordnung des DJB auf. Dies geht zurück auf Anton Geesink, der in seinem Buch „Judo in Evolution“ (Utrecht 1971, Erstauflage 1969) die Meinung vertrat, man müsse die Widersprüche in der japanischen Terminologie beseitigen (S. 9f), und dies daran festmachte, dass „Ko-uchi-gari“ und „Ko-uchi-barai“ grundlegend unterschiedliche Techniken seien. Geesink erläutert hierzu seine Sicht der Dinge:

„Gari wird an dem Bein ausgeführt, auf dem Uke in diesem Moment steht, auf seinem Standbein. Dagegen wird Barai gerade nicht an diesem Standbein ausgeführt, sondern an dem anderen Bein, dem losen, sich in Bewegung befindlichen, also an dem Bein, das geht.“

Vor diesem Hintergrund definierte Geesink die Wurfgruppen „Gari“ und „Barai“, die heutzutage als Wurfprinzipien „Sicheln“ und „Fegen“ in der Dan-Prüfungsordnung des DJB auftauchen und bei der Prüfung zum 4. Dan zu erläutern sind. Sie sind erkennbar aus einer Analogiebildung des (vermeintlichen) Unterschiedes zwischen De-ashi-barai und Ko-soto-gari entstanden.

Etwas Vergleichbares wurde auch am Kodokan diskutiert, jedoch abgelehnt, da man konsequenter Weise z.B. auch O-soto-gari und O-uchi-gari hätte (namentlich) ausdifferenzieren müssen. So blieb es dabei, dass lediglich De-ashi-harai, Ko-soto-gari und Ko-soto-gake namentlich unterschieden werden, jedoch bei O-soto-gari, O-uchi-gari und Ko-uchi-gari keine Differenzierung der Namen vorgenommen wurde. Man beließ es also bei den Benennungen, die zu Lebzeiten Jigoro Kanos vergeben worden waren.

Namen und Wurfprinzipien

Die Widersprüchlichkeiten, die Geesink in den japanischen Namen gesehen hatte, rührten daher, dass er aus den Benennungen biomechanische Funktionsprinzipien ableiten wollte. So sind diese Namen allerdings nicht gedacht und auch nie gedacht gewesen. Von daher hat Geesink den falschen Maßstab an die Bedeutung von Namen angelegt. Damit machte er sich unglücklicherweise zu einem Vorreiter westlicher Namensfindungen von Judotechniken.

T. Daigo (Wurftechniken des Kodokan-Judo, Band 2) erläutert die Kernpunkte des nachfolgend dargestellten Ko-uchi-gari folgendermaßen:

„Dabei ist es auch entscheidend, dass Tori seinen Körper nach hinten bewegt, während er weiterhin frontal zu Uke hin gewandt bleibt. Falls er sich nämlich mit dem Körper nach links drehen und dann versuchen würde, zu sicheln, dann käme sein Körper in eine instabile seitliche Haltung und es hätte nicht nur das Sicheln keine Wirkung, sondern es bestünde auch die Gefahr, dass Uke den Fuß anheben und auf diese Weise ausweichen oder dass er sogar kontern könnte.“

„Desweiteren ist es auch entscheidend, dass Tori den günstigsten Moment für das Sicheln mit dem rechtem Fuß erwischt. Sichelt er zu früh, kann Uke seinen rechten Fuß anheben und ausweichen; sichelt er umgekehrt zu spät, ist Ukes Körpergewicht bereits auf dem rechten Fuß, so dass dieser nicht mehr weggesichelt werden kann. Das heißt, Tori muss genau den Moment erwischen, in dem Uke zwar bereits Gewicht auf den nach vorne gehenden rechten Fuß gebracht hat, er aber eben immer noch dabei ist, diesen auf die Matte zu setzen.“

Das, was Geesink als „Ko-uchi-barai“ bezeichnet, ist nach Daigo also ein zu früh angesetzter Ko-uchi-gari, während der „Geesink'sche Ko-uchi-gari“ Daigo zufolge zu spät angesetzt wird. Was Daigo als den zu erwischenden Moment beschreibt, ist nach Geesink genau die Schnittstelle zwischen „gari“ und „barai“.

Widersprüche bei den Kontertechniken?

In der Nage-waza-ura-no-Kata wird Ko-uchi-gari mit Hiza-guruma gekontert. So steht es geschrieben und so wird es auch in Mifunes Buch „Canon of Judo“ demonstriert. Jedoch ist dies nicht ganz so streng zu nehmen. In seinem berühmten Film „Essence of Judo“ kontert Mifune z.B. mit Harai-tsuri-komi-ashi. Mifunes Schüler K. Ito beschreibt drei Varianten des Konterns: mit Sasae-tsuri-komi-ashi, Hiza-guruma und sogar mit Tomoe-nage. Letztere werden wir als Ergänzung auf der letzten Seite vorstellen.

Wir werden im Folgenden zusätzlich zwei Formen des Hiza-guruma unterscheiden. Denn letztlich geht es beim Üben der Kata darum, die Schwachstellen der Angriffstechniken zu studieren und diese situationsadäquat zu kontern. Die feinen situativen Unterschiede, die dann zu den unterschiedlichen Kontertechniken führen, sind gerade für das Studium der Zusammenhänge von allergrößtem Wert. Dabei werden wir so ganz nebenbei feststellen, dass die Grenzen zwischen Hiza-guruma, Sasae-tsuri-komi-ashi und Harai-tsuri-komi-ashi fließend sein können.

Ko-uchi-gari aus der Rückwärtsbewegung werfen

Ko-uchi-gari ist nicht in der Nage-no-Kata enthalten, sodass es dort keine Ausführung gibt, die als Referenz dienen könnte. Jedoch erfolgt der Angriff auch in der Nage-waza-ura-no-Kata aus den üblichen drei Tsugi-ashi-Schritten heraus, die typisch für die Nage-no-Kata sind.

Es gibt wie eingangs beschrieben zahlreiche Varianten der Technik. Mit welcher letztendlich angegriffen wird, ist relativ egal, da der Konter sehr frühzeitig eingeleitet wird und so die Unterschiede nicht zum

Tragen kommen. Wir haben uns hier für eine Variante entschieden, bei der Uke sehr dynamisch nach hinten geworfen wird. Tori hebt sein Bein bei der Wurfbewegung mit an, um Ukes Fuß nach oben zu schieben. Dadurch können Toris Schulter- und Hüftachse übereinander bleiben und Tori ist während der gesamten Aktion frontal zu Uke.

In Verbindung mit einem kräftigen Schieben aus dem ganzen Körper heraus wird Uke relativ hart nach hinten geworfen.

Hinweis:

Diese und alle weiteren Aufnahmen wurden aus einem schrägen Blickwinkel aufgenommen und stellen die Bewegungen nicht aus Sicht von Joseki dar!



Tori und Uke stehen sich auf Armlänge gegenüber. Sie fassen beide mit Rechtsgriff und gehen mit Tsugi-ashi-Schritten von Tori aus gesehen nach hinten.

Beim zweiten Schritt beginnt Tori etwas stärker zu ziehen. Uke leistet etwas Widerstand, so dass Tori und Uke „auf Spannung“ kommen.

Mit Beginn des dritten Schrittes zieht Tori abermals Uke etwas stärker nach vorne...



.. und macht einen großen Schritt nach hinten. Hierdurch zieht er Uke, der seinen Widerstand vergrößert, weit nach vorne. Uke setzt seinen rechten Fuß vor, nimmt aber seinen Oberkörper nach hinten, um gegen Toris Zug Widerstand zu leisten.

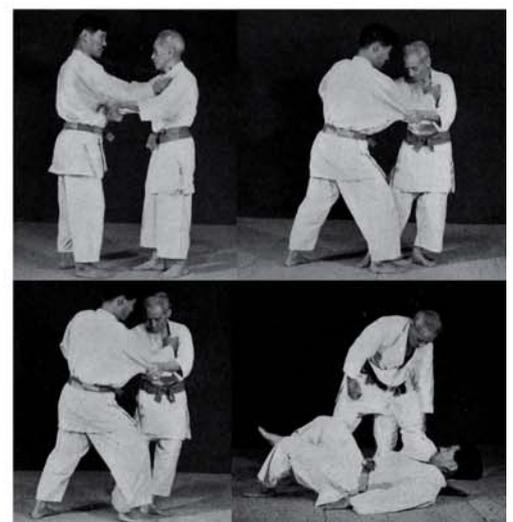
In dem Moment, in dem Uke beginnt, sein Gewicht auf den vorderen Fuß zu bringen, setzt Tori seine Fußsohle von hinten gegen Ukes Ferse (Achtung: die Aufnahme zeigt die Situation vor dem Kontakt, weshalb man Toris Fußsohle fast vollständig sieht)...

... und drückt Uke aus dem ganzen Körper nach hinten. Tori hält den Kontakt zu Ukes Fuß so lange wie möglich.



Durch das Hochschieben des rechten Fußes und den Schub aus Toris Körper hebt Uke vollständig ab und wird nach hinten geworfen. Tori fängt sein Gewicht auf dem rechten Fuß ab, mit dem er zuvor gesichelt hat. Wichtig: Tori bleibt die ganze Zeit frontal zu Uke.

Bilder rechts: Mifune bei einem Ko-uchi-gari (aus „Canon of Judo“, 1956)



Die verschiedenen Kontertechniken gegen Ko-uchi-gari

Die gemeinsame Ausgangssituation für Ukes Angriff



Die Ausgangssituation für alle weiteren Varianten ist stets gleich. Tori und Uke stehen sich gegenüber...

...und gehen mit Tsugi-ashi-Schritten von Uke aus gesehen rückwärts. Während des zweiten Schritts greift...

...Tori mit seiner rechten Hand von Ukes Revers an dessen linken Ärmel um.

Wenn Uke mit dem dritten Schritt versucht, Tori zu einem großen Schritt zu veranlassen, macht Tori den Schritt dennoch kürzer und stellt den Fuß rasch auf der Matte ab, damit Uke ihn nicht sicheln kann.

Variante 1: Kontern mit Sasae-tsuri-komi-ashi



Wenn Ukes Fuß Kontakt aufnimmt und er beginnt, zum Wurf nach vorne zu drücken, weicht Tori mit...

... einem großen Schritt schräg links vor aus, dreht sich zu Uke und lässt dessen Druck so ins Leere laufen. Während Tori Ukes Standfuß mit der Sohle seines rechten Fußes blockiert,...

... wirft Tori Uke durch halbkreisförmigen Zug mit der rechten und Druck mit der linken Hand nach vorne.

Variante 2 (Standard): Kontern mit einem normal angesetzten Hiza-guruma



Ob der Konter mit Sasae-tsuri-komi-ashi oder mit Hiza-guruma erfolgt, entscheidet sich durch ein winziges Detail.

Je dichter Toris und Ukes Standbeine aneinanderstehen, desto tiefer am Schienbein kann Tori ansetzen.

Macht Tori - aus welchen Gründen auch immer - seinen Schritt links vor etwas kürzer und hält etwas mehr Abstand zu Uke, erfolgt der Ansatz zwangsläufig am Knie.

Variante 3: Kontern mit einem hoch angesetzten Hiza-guruma



Hiza-guruma-Varianten, bei denen oberhalb von Ukes Knie blockiert wird, muten auf den ersten Blick etwas seltsam an, haben jedoch den Vorteil, dass Uke das angreifende Bein nicht übersteigen kann. Um diese Variante anzusetzen, macht Tori seinen Schritt links vor nicht ganz so groß und hält etwas mehr Abstand zu Uke. Alles andere bleibt gegenüber dem „normalen“ Hiza-guruma unverändert.

Variante 4: Kontern mit einem normal angesetzten Harai-tsuru-komi-ashi

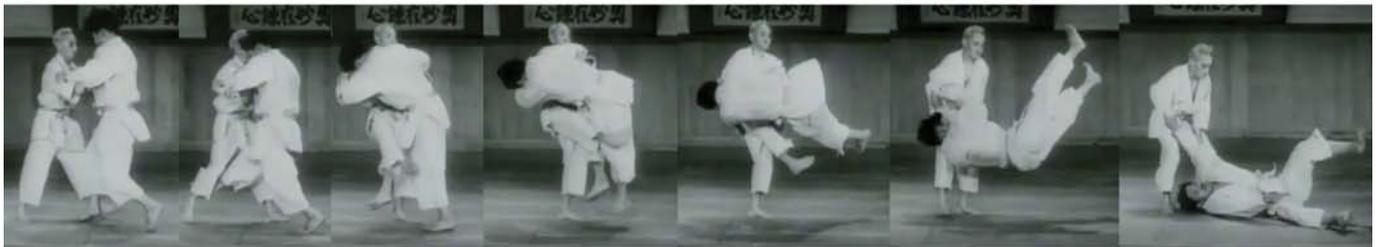


Tori macht seinen Schritt mit links nach vorne relativ gerade und dreht sich dabei nur ganz leicht zu Uke hin.

Die Fußsohle seines rechten Fußes setzt Tori an Ukes Schienbein an und fegt damit Ukes Standfuß nach hinten-oben weg.

Toris Hände drehen Uke wie zuvor. Mit einer Vierteldrehung dreht sich Tori im Wurfvorlauf zu Uke hin.

Variante 5 (Mifune): Kontern mit einem hoch angesetzten Harai-tsuru-komi-ashi



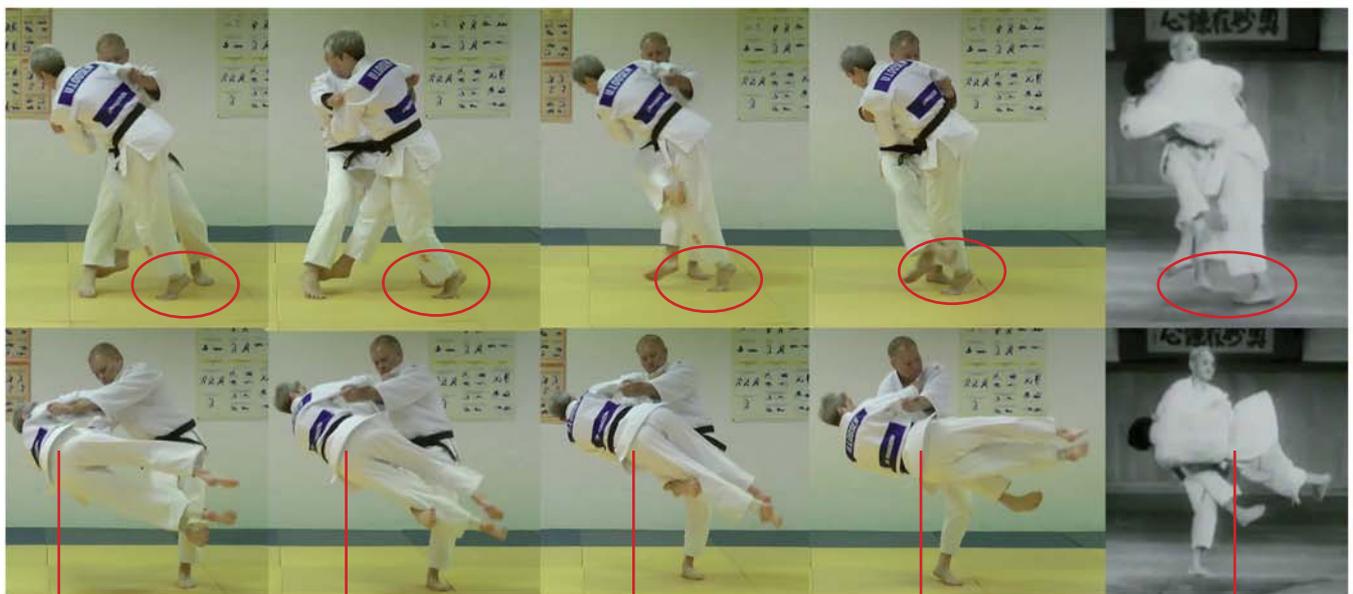
Während Mifune in seinem Buch „Canon of Judo“ die Variante 2 beschreibt, demonstriert er im Film „Essence of Judo“ einen Harai-tsuru-komi-ashi mit Ansatz an Ukes Knie.

Während seines Schrittes mit dem linken Fuß macht Mifune praktisch gar keine Körperdrehung, sondern geht geradeaus nach vorne. Dies geht nur, weil der Schritt links vor etwas kürzer ist, als oben.

Mifune setzt aufgrund des etwas größeren Abstands oberhalb des Knies an und fegt Ukes Beine in Bewegungsrichtung weiter.

Vergleich der fünf Varianten: kleine Ursache, große Wirkung!

Kleine Unterschiede bei Toris Schrittlänge, seinem Abstand zu Uke und seinem Drehwinkel führen zu unterschiedliche Kontertechniken.



Sasae-tsuru-komi-ashi

Hiza-guruma 1

Hiza-guruma 2

Harai-tsuru-komi-ashi 1

Harai-tsuru-komi-ashi 2

Toris Schritt nach vorne ist groß und sein Abstand zu Uke gering. Die Körperdrehung ist sehr energisch. Der Angriffspunkt des Fußes ist oberhalb des Spans. Uke fällt weit nach vorne.

Toris Schritt nach vorne ist kleiner und sein Abstand zu Uke geringer. Die Körperdrehung ist energisch. Der Ansatz am Fuß ist höher und Uke fällt nicht ganz so weit nach vorne.

Toris Schritt nach vorne ist nochmals kleiner und sein Abstand zu Uke wiederum etwas größer. Die Körperdrehung ist schwächer. Das Blockieren erfolgt oberhalb des Knies. Uke fällt nicht so weit nach vorne.

Toris Schritt nach vorne erfolgt deutlich gerader und mit nur geringer Körperdrehung. Der Ansatz erfolgt am unteren Schienbein. Uke fällt fast auf der Stelle.

Toris Schritt ist etwas kleiner und praktisch ohne Körperdrehung. Der Ansatz erfolgt am Knie und Uke wird von Tori weg in Bewegungsrichtung geworfen.

Die ergänzende Variante: Kontern mit Tomoe-nage

Mifunes Schüler K. Ito (9. Dan Kodokan, 10. Dan IMAF) beschreibt in seinem Buch über die Nage-waza-ura-no-Kata zu einigen Techniken alternative Kontermöglichkeiten. Inwieweit dies seine eigenen Ergänzungen sind oder ob diese von Mifune so entwickelt und vermittelt wurden, lässt sich heute vermutlich nicht mehr klären.

Eine dieser Ergänzungen, die in den zugänglichen Quellen ausschließlich bei K. Ito zu finden ist, ist der Konter von Ko-uchi-gari mit Tomoe-nage. Das Bild rechts zeigt eine Abbildung von K. Ito mit seinem Uke S. Sato (9. Dan).



Wenn Uke mit Ko-uchi-gari angreifen will, zieht Tori seinen linken Fuß blitzschnell nach, sodass er den rechten Fuß anheben kann, ohne sein Gleichgewicht zu verlieren.

Je nach Position zu Uke, muss Tori mit seinem linken Fuß noch ein wenig dichter an Uke (hier nur wenige cm) heranrutschen. Dabei hebt Tori seinen rechten Fuß hoch und setzt ihn mit der Sohle an Ukes Leiste an.



Als nächstes lässt sich Tori mit dem Gesäß dicht an seinen linken Fuß fallen. Dabei zieht er Uke, der ohnehin für den Ko-uchi-gari-Angriff nach vorne drückt, unter Ausnutzung dieses Drucks aus dem Gleichgewicht...

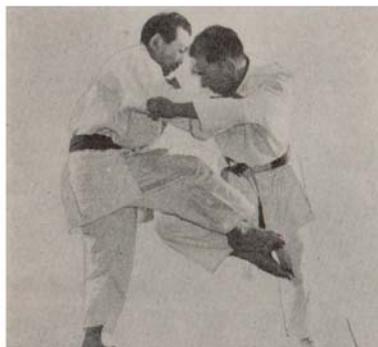
...und wirft Uke auf diese Weise mit Tomoe-nage. Im Wettkampf ist allerdings ein Konter mit einer Selbstfalltechnik genau in Würfrichtung der Angriffstechnik nicht ratsam, da im Zweifel der Ko-uchi-gari bewertet werden würde.



Kurze Distanz, Fuß tief:
Sasae-tsuri-komi-ashi



Mittlere Distanz, Fuß mittelhoch:
Hiza-guruma



Große Distanz, Fuß hoch:
Tomoe-nage

K. Ito betont die Bedeutung der Distanz für die Auswahl der Kontertechnik. Außerdem hebt Tori zum Kontern den rechten Fuß immer höher.

Gerade diese Variationen sind das berühmte Salz in der Suppe beim Üben von Kontertechniken.

Viel Spaß dabei wünschen Euch Ulla und Wolfgang

Bezugspreise des „budoka“

Liebe Vereine, liebe Leser,

am 1. Januar 2002 wurde der Euro (€) eingeführt. Das ist inzwischen mehr als elf Jahre her. Seit der Einführung des Euro haben wir die Bezugspreise für den „budoka“ nicht geändert. Die allgemeinen Kostensteigerungen in nahezu allen Bereichen (insbesondere jährlich steigende Portokosten für Postvertriebsstücke, Materialkosten und Personalkosten) haben wir seitdem durch Einsparungen bzw. durch Mittel der Fachverbände kompensiert.

Leider müssen wir die Bezugspreise nach dieser langen Zeit an die Kostensteigerungen anpassen. Folgende Bezugspreise gelten ab sofort für alle Neubestellungen:

Jahresabonnement: 35,00 €

Bei Bankeinzug ermäßigt sich der Preis für das Jahresabonnement auf **30,00 €** Bezugsgebühren werden jeweils für das Kalenderjahr erhoben.

Einzelheftpreis: 3,90 €

Bei Vereinskombi-Bestellungen ab 10 Heften an eine Versandanschrift berechnen wir ab sofort **je Abo 24,00 €**

Die neuen Bezugspreise gelten für alle bestehenden Abos ab 1.1.2014.

Internet-Portal zum Datenschutz in Vereinen und Verbänden

Auch Sportvereine und -verbände müssen einen datenschutzkonformen und rechtssicheren Umgang mit Personendaten gewährleisten. Sonst kann es teuer werden. Licht in das Dickicht der rechtlichen Regelungen bringt jetzt ein Online-Portal der Führungs-Akademie des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB). Unter anderem bietet die Online-Datenschutz-Plattform:

- grundlegende Gesetzestexte zum Datenschutz
- ein umfassendes Datenschutz-Handbuch
- aktuelle Urteile und Kommentierungen zum Datenschutz
- von Juristen geprüfte Muster-Formulare
- Arbeitshilfen aus der Praxis für die Praxis
- zahlreiche Checklisten zu diversen Themen und Arbeitsabläufe
- einen individuell anpassbaren Projektplan zur schrittweisen Umsetzung des Datenschutzes
- erprobte Schulungsunterlagen für Mitarbeiter(innen) und Ehrenamtliche
- einen monatlichen Infobrief zu aktuellen Themen des Datenschutzes
- eine persönliche Benachrichtigung bei grundlegenden Änderungen in der Datenbank abgelegter Materialien (z.B. Änderungen gesetzlicher Grundlagen) auch außerhalb des monatlichen Infobriefes

Judotrainerstelle gesucht

Biete kompetentes Judotraining für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Qualifikationen: 3. Dan Judo, Judotrainerlizenz (A,B,C), Prüferlizenz, Judo-SV B-ÜL-Lizenz, Judo spielend lernen, Anerkennung BiKuV und ÜL- B-Lizenz BeSS.

Kontakt: 01577/9765709

IMPRESSUM

„der budoka“ - Verbandsmagazin des Dachverbandes für Budotechniken Nordrhein-Westfalen e.V.

41. Jahrgang 2013

Herausgeber, Verlag, Redaktion, Anzeigen- und Aboverwaltung:

Dachverband für Budotechniken Nordrhein-Westfalen e.V.

Postfach 10 15 06

47015 Duisburg

Friedrich-Alfred-Str. 25

47055 Duisburg

Telefon: 02 03 / 73 81 - 6 26

Telefax: 02 03 / 73 81 - 6 24

E-Mail: info@budo-nrw.de

www.budo-nrw.de

Redaktionsleitung: Erik Gruhn (verantwortlich)

E-Mail: Gruhn@budo-nrw.de

Redaktionsschluss: der 1. des Vormonats

ISSN 0948-4124

Druck:

SET POINT Schiff & Kamp GmbH

Moerser Str. 70

47475 Kamp-Lintfort

Anzeigenpreise: Preisliste Nr. 5 vom 1.5.2011

Erscheinungsweise: monatlich, 10 x im Jahr

Mit Namen gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos und Datenträger wird keine Haftung übernommen.

Lieferbedingungen:

Jahresabonnement 35,00 €

Bei Bankeinzug ermäßigt sich der Preis für das Jahresabonnement auf 30,00 €. Bezugsgebühren werden jeweils für das Kalenderjahr erhoben.

Einzelheftpreis: 3,90 €

Bei Bestellungen mehrerer Exemplare Konditionen auf Anfrage.

Die Kündigung des Abos ist mit einer Frist von sechs Wochen zum Ende des Kalenderjahres möglich.

Urheberrechtlicher Hinweis:

Das Magazin, alle enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung, die nicht ausdrücklich vom Urhebergesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlages. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen, die Einspeicherung und Verarbeitung in Datensystemen.

Neue Vereine in den Fachverbänden

Wushu-Verband Nordrhein-Westfalen e.V.

Neuaufnahmen:

Halbstark-Verein für Kinder & Jugendliche e.V., Köln

Steffen Andritzke

Am Bayenturm 5

50678 Köln

Shaolin Tung Jen Tao Kung Fu e.V.

Peter Schäfer

Obenfriedrichstaler Kotten 2

42657 Solingen



2. Dan-Speziallehrgang

Die Teilnehmer des zweiten Dan-Speziallehrgangs fanden sich in der Halle des Yamanashi Porz ein, um unter der Leitung von Peter Debitsch, 5. Dan Goshin Jitsu, zum Thema Armhebel ihr

Repertoire zu erweitern. Das schlechte Wetter hatte die fleißigen Teilnehmer nicht davon abgehalten, nach Porz zu kommen. Nach einer kurzen Einleitung und einem intensiven Aufwärmtraining konnte schließlich mit den eigentlichen Techniken begonnen werden. Da der



Gegner vielfach körperlich weit überlegen ist und harte Blocktechniken oftmals leicht durchbrochen werden können, ohne dass dadurch der Angriff abgewehrt ist, gilt es zunächst einmal, dem Schlag auszuweichen. Techniken, die im Folgenden angewandt werden, sollten nach Möglichkeit schnell und präzise sein, um die Situation zügig und möglichst unverletzt zu überstehen.

Und von der Sorte Techniken hatte Peter Debitsch wirklich zahlreiche auf Lager! Nützliche Helfer waren ihm dabei immer wieder die „Tigerpranke“, wobei die Hand mit gespreizten Fingern dem Gegner ins Gesicht gestoßen wird, um ihn zu irritieren und die übrige Abwehr zu verschleiern und der „Daumenstachel“, bei dem der Daumen, wie es durch den Namen schon zu erraten ist, aufgestellt wird und ebenfalls dem Gegner ins Gesicht oder in die Weichteile gestoßen wird, wenn er hinter einem steht.

Durch den ganzen Lehrgang hindurch konnte man immer wieder merken, dass Peter Debitsch ein fundiertes Wissen über den realitätsnahen Umgang mit Selbstverteidigungstechniken hat, welches er auch gut zu vermitteln wusste. Jeder Teilnehmer konnte an diesem Sonntag einige neue Techniken, aber auch viele kleinere Abwandlungen bekannter Techniken aus dem unerschöpflichen Vorrat an Armhebeltechniken von Peter Debitsch für sich mitnehmen. Hierfür bedanken wir uns herzlich bei Peter Debitsch, der wie schon so oft für den Goshin Jitsu Verband als Referent auf der Matte gestanden hat und wieder einiges an interessanten Techniken im Gepäck hatte. Wir bedanken uns ebenfalls bei den Verantwortlichen des Yamanashi Köln-Porz, die - wie schon so viele Male vorher - gerne die Halle zur Verfügung gestellt haben.

M. Gheno

Jubiläumslehrgang zum 30-jährigen Bestehen des Verbandes

In Herne fand der zweite Landeslehrgang des Verbandes statt. Um seinen Mitgliedern für viele treue Jahre zu danken, wurde ihnen zum 30-jährigen Bestehen des Verbandes die Lehrgangsgebühr erlassen. Zahlreiche Teilnehmer nahmen dies erfreut an. Als Referent wurde Marcus Schüssler eingeladen. Er ist ein Pionier, sowohl der nationalen als auch der europäischen Wing Tsun-/Escrima-Kampfkunstszene. Wing Tsun betreibt er seit 30 Jahren und das war auch Thema des Landeslehrgangs. Anstatt sich auf asiatische Mythen zu berufen, versuchte er den Teilnehmern Ansätze realistisch und wissenschaftlich zu vermitteln. Energien und Kräfte kann man optisch nicht erfassen. Mit logischen Zusammenhängen aus der Physik wie Gravitation, Schwerpunkt, Massenträgheit, Gleichgewicht, Energie, Kraft, Druck, gerade Linie und Keil - er wird Hauptthema dieses Landeslehrgangs - hat Markus theoretisch begonnen und die Teilnehmer dabei aktiv eingebunden. In der Diskussion stellte sich heraus, dass viele einfache Gegebenheiten auf einmal sehr kompliziert gesehen wurden, teils Unsicherheit oder doch zu einfach? Es zeigte sich, dass der einfache und logische Ansatz sehr oft der richtige ist.

Nach der Theorie kam die Praxis. Zuerst wurde das Verhältnis von Risiko und Sicherheit veranschaulicht. Bin ich z.B. in unmittelbarer Reichweite eines Angreifers, ist das Risiko getroffen zu werden groß, das ist logisch. Markus betonte immer wieder, dass Logik der maßgebliche Begriff in der SV ist. Die geübten Techniken sollten uns in die Lage versetzen, Risiken zu erkennen, um sie abzustellen und gleichzeitig unsere eigene Sicherheit zu erhöhen. Maßgeblich im Wing Tsun ist die persönliche Kampflinie. Beide Arme werden ausgestreckt, die Hände zusammengenommen wie beim „Händeklatschen“, so dass ein Dreieck entsteht. Nachdem diese Position eingehend geübt wurde, ging es zur Halbzeit in die Pause. Hier konnte man sich bei Getränken, Kuchen und Würstchen frisch vom Grill stärken.

Nach der Pause ging es mit der zentralen Kampflinie weiter. Ziel war es, die Kampflinie des Partners zu öffnen. Anschließend wurde das

„Dreieck“ gegen eine gerade eingesetzt. Es war am Anfang nicht einfach, die Linie zu halten, aber nach einer Weile hatten es die Teilnehmer raus und führten die Übung auch dynamisch aus der Bewegung durch. Im Dreier-Team wurde die Effektivität der zentralen Kampflinie auf die Probe gestellt. Der Uke musste wieder mit einer Geraden angreifen, wurde aber von dem dritten Partner durch heftiges Schubsen derart in Richtung Tori beschleunigt, dass dieser ordentlich gefordert wurde. Hierbei kam natürlich der Spaßfaktor auch nicht zu kurz. Nach fünf Stunden hat Markus den Landeslehrgang unter Applaus der Teilnehmer beendet. Für besonders interessierte Teilnehmer hat er sich noch 30 Minuten Zeit genommen, um mit seinen Helfern praktische Erklärungen zu geben und Techniken zu demonstrieren. Dieser Landeslehrgang hat sich insofern von anderen unterschieden, dass anfangs sehr ausführlich theoretisch gearbeitet wurde. Markus' Lehrgangsziel war das Verstehen, Erkennen, Wahrnehmen und Umsetzen der zentralen Kampflinie im Wing Tsun, welche sich in allen Arten der Selbstverteidigung anwenden lässt. Wir danken Markus Schüssler mit Team für das Engagement, man hat gemerkt, dass er sein Wing Tsun lebt. Auch möchten wir dem Shogun Herne für die gute Organisation danken. Ganz besonders Bedanken möchten wir uns bei Mario Groß, Gregor Luthe und der ganzen Mannschaft.

Mario Groß/Günter Tebbe





Landesmeisterschaften Kampf

Überragender Sergej Bereznev

Die Landesmeisterschaften in Paderborn brachten einem über-
ragendem Sergej Bereznev aus Schwerte seinen vierten und
fünften Titel. Er startete in den Klassen bis 86 kg und über
86 kg und dominierte beide Gruppen. Ohne Niederlage holte sich
der amtierende Deutsche Meister so seine zwei Landestitel. Der
vierfache Landesmeister Andreas Hillemeier aus Paderborn musste
in diesem Jahr eine Gewichtsklasse höher starten und konnte bis 75
kg nur den zweiten Platz erringen. In einem spannenden Endkampf
unterlag er gegen Marvin Fortkord aus Clarholz in der Verlängerung,
so dass Marvin nach seinen Titeln von 2010 und 2011 dieses Jahr
erneut Landesmeister wurde. Im Mittelgewicht holte sich Sebastian
Eßer von der Budogemeinschaft Schwerte erstmalig den Siegerpo-
kal. Bei den Damen war das Teilnehmerfeld leider nicht so stark. In
einem reinen Bönener Finale errang Katharina Niggemeier den Sieg
und wurde Landesmeisterin. Den Wanderpokal für die erfolgreichste
Mannschaft darf dieses Mal die Budogemeinschaft Schwerte im ei-
genen Dojang ausstellen.

Detlef Klos



Marvin Fortkord im Kampf mit dem Titelverteidiger



Sergej Bereznev auf dem Weg zum Titelgewinn



Die Titelträger 2013

Landesmeisterschaften Kampf 2013

Männer

60 bis 70 kg:

- | | |
|-----------------------|--------------------------|
| 1. Marvin Fortkord | TSV Victoria Clarholz |
| 2. Andreas Hillemeier | Hap-Ki-Do Club Paderborn |
| 3. Niklas Brandt | Hap-Ki-Do Club Paderborn |

71 bis 78 kg:

- | | |
|-------------------|------------------------------|
| 1. Sebastian Eßer | Budogemeinschaft Schwerte |
| 2. Daniel Ludwig | Soester Turn und Sportverein |
| 3. Ulf Diebener | DJK/FV Haaren |

78 bis 85 kg:

- | | |
|--------------------|---------------------------|
| 1. Sergej Bereznev | Budogemeinschaft Schwerte |
| 2. Marcel Abel | Hammer Sportclub |
| 3. Nicolai Rohmann | TSV Victoria Clarholz |

über 85 kg:

- | | |
|----------------------|---------------------------|
| 1. Sergej Bereznev | Budogemeinschaft Schwerte |
| 2. Markus Hillebrand | Budogemeinschaft Schwerte |
| 3. Marc Allan | Hap-Ki-Do Club Paderborn |

Frauen

bis 70 kg:

- | | |
|-------------------------|---------------|
| 1. Katharina Niggemeier | Hapkido Bönen |
| 2. Denise Martin | Hapkido Bönen |

Aus- und Weiterbildung für Prüfer

Der NWHV-Prüfungsbeauftragte Reinhold Harenbrock hatte zum diesjährigen Lizenzlehrgang nach Oelde geladen. In entspannter Atmosphäre waren die über 20 Teilnehmer von Beginn an bei der Sache. Wesentliche Teile der Verfahrensordnung ließ Reinhold in Gruppen erarbeiten. So konnten die Neuanwärter von den Kenntnissen der bereits erfahrenen anwesenden Prüfer profitieren. Beim anschließenden Vortrag der einzelnen Gruppenergebnisse wurden alle Aspekte der Prüfungsordnung behandelt, aber auch die in der bisherigen Praxis aufgetretenen Zweifelsfälle besprochen.

Nach der Theorie ging es in einem kurzen praktischen Teil an die Bewertungsgrundlagen der von den Prüflingen gezeigten Techniken. Während sich freundlicherweise einige Hapkido-Innen aus dem Schwerter Verein zur Verfügung gestellt hatten, Prüfungstechniken - teils

auch mit gewollten Fehlern - zu demonstrieren, mussten die Lizenzanwärter diese bewerten. Anschließend wurde die abgegebene Benotung diskutiert. Im Ergebnis wurde so ein weitgehend einheitlicher Bewertungsmaßstab geschaffen.

In einer abschließenden Diskussionsrunde kamen auf Reinholds Nachfrage noch drei Vorschläge, wie man die Prüferausbildung noch intensiver gestalten kann. Zum einen war es der Wunsch, den Praxisteil des Lehrgangs zu verlängern. Weiterhin kam von den erfahrenen Prüfern der Vorschlag, die Ausbildung neuer Prüfer von der Weiterbildung zur Lizenzverlängerung zu trennen. Abschließend wurde angeregt, in die Verfahrensordnung aufzunehmen, dass Neuanwärter, bevor sie die Lizenz erhalten, nach Teilnahme am Lehrgang zunächst erst auf einer Kup-Prüfung bei erfahrenen Prüfern hospitieren müssen. Dies wird ohnedem bereits von vielen jungen Dan-Trägern freiwillig praktiziert. Reinhold versprach, diese Vorschläge im Vorstand zu prüfen und schloss dann den erfolgreichen Lehrgang.

Detlef Klos



Wesentliche Teile der Verfahrensordnung wurden in Gruppen erarbeitet



Bodentechniken vom Fachmann

In Ratingen-Hösel fand der Lehrgang „Selbstverteidigung in der Bodenlage“ statt. Dass die Referenten der JJU Fachleute sind, ist ja klar, aber wenn ein Mann auch noch Judo betreibt, kann man davon ausgehen, dass seine Bodentechnik doch noch ein bisschen ausgefeilter ist. So wie bei Jürgen Rexford, der neben dem 1. Dan Jiu Jitsu auch den 2. Dan Judo trägt und seinen ersten Lehrgang in der JJU als Referent gab. Judo stammt zwar vom Jiu Jitsu ab, aber wir alle wissen, dass ein Judoka natürlich bestimmte Stärken hat, die man im Jiu Jitsu gut gebrauchen kann (weil sie vielleicht im Laufe der Zeit auch vernachlässigt wurden).

**Jürgen Rexford
erläutert Beinhebel
in der Bodenlage**



Jürgen Rexford, 1. Dan Jiu Jitsu, 2. Dan Judo



20 Teilnehmer aus diversen Vereinen der Jiu Jitsu Union sowie Externe übten sich unter seiner Leitung in Hebeln zum Beispiel der Beine oder selbstverständlich auch in Hebeln mit den Beinen. Verteidigung in der Bodenlage ist ein äußerst wichtiges Thema, welches gegen die verschiedensten Angriffe beherrscht werden sollte. Hierzu gehören nicht nur Würfen, sondern Schläge, Tritte, Umklammerungen und Angriffe mit Waffen. Das war auch das Statement von Jürgen, der noch einmal betonte, dass jeder Kampf nach kurzer Zeit in die Bodenlage geht. Und heutzutage ist auch nicht mehr jeder völlig unerfahren in diesem Gebiet. Man muss also nicht nur Festleger beherrschen, sondern selbstverständlich auch, wie man wieder aus ihnen herauskommen kann. Dass dies nicht alles an einem Nachmittag abgearbeitet werden konnte, ist klar, das war auch nicht Jürgens Aufgabe, und so bleibt zu wünschen, dass er noch einmal als Referent seine speziellen Kenntnisse aus dem Judo in unser Programm einfließen lässt.

**Text: Martin Sülz
Fotos: Andrea Landich**

René Rose, 6. Dan



Großmeister der JJU zeigen Waffenabwehren

Trotz des herrlichen Grillwetters hatten sich 22 Teilnehmer aus insgesamt neun Vereinen mit den beiden Referenten René Roese und Thomas Jordan (beide 6. Dan) in Bochum-Hamme eingefunden, um sich, drei Stunden lang dem Thema „Abwehr gegen Messer und Pistole“ zu widmen. Ein Vorstandsmitglied des 1. JJJC Bochum begrüßte die Anwesenden im Namen des Vorstandes und dankte auch für das zahlreiche Erscheinen. Er wünschte der Veranstaltung einen guten Verlauf und den Teilnehmern viel Spaß und auch den nötigen Ernst bei diesem Thema.

Nach einem ausgiebigen Aufwärmtraining wurde von den Referenten mit dem eigentlichen Thema begonnen. Gezeigt wurden verschiedene Blocktechniken gegen Messerangriffe sowie Abwehren gegen diverse Angriffe aus dem Trainingsbetrieb und die Unterschiede zu „echten“ also ernstesten Messerangriffen. Bei vielen Sportlern ist das Bewusstsein für einen realistischen Angriff noch nicht ausgeprägt genug, und so wird oftmals zu lässig angegriffen. Auf die besondere Gefährlichkeit bei echten Messern wurde ausdrücklich eingegangen. Es schloss sich ein ausführliches Übungsprogramm der gezeigten Techniken an. Danach wurden verschiedene Abwehren gegen Pistolenangriffe vorgestellt und geübt. Es wurde vor allem gezeigt, wie man sich schnell und effektiv aus der Schussrichtung bewegen soll und muss. Mit großem Eifer wurden auch diese Techniken von den anwesenden Jiu Jitsukas geübt. Am Ende ließen es sich die beiden Großmeister Roese und Jordan nicht nehmen, die Techniken noch einmal in Perfektion zu demonstrieren. Ein Lehrgang mit einem wichtigen Thema, das dank Roese und Jordan in Zukunft noch besser und richtiger trainiert werden wird.

**Text: Jürgen Schmidt
Fotos: Frank Damhus**

René Roese - Entwaffnung



Waffenabwehr im Jiu Jitsu

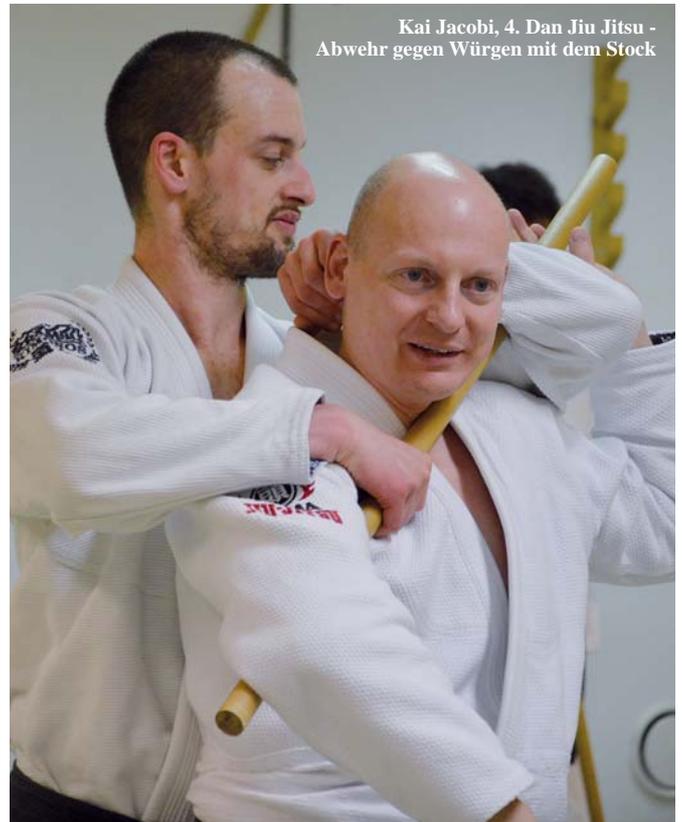


Kai Jacobi und die Alternativen

Mit Alternativen sind hier die unzähligen Möglichkeiten gemeint, das Prüfungsprogramm in der JJU noch flexibler zu gestalten. Das war nämlich das Thema auf dem Lehrgang von Kai Jacobi (4. Dan Jiu Jitsu), der in seinem Heimatdojo, der Schule für Kampfkunst Wuppertal, Teilnehmer aus ganz NRW empfing.

Nach einem „knackigen“ Aufwärmtraining ging es auch schnell zur Sache, den Alternativen im Prüfungsprogramm. Genauer gesagt ging es darum, innerhalb des vorgegebenen Prüfungsthemas die Angriffe mehr zu variieren und so mehr Möglichkeiten für Techniken zu haben. Für viele Bereiche heißt das erst einmal in die Bodenlage gehen. Hand/Arm fassen, Revers greifen und selbstverständlich Schläge wurden in der Bodenlage abgewehrt; die Schläge als Angriff in Kombinationen gezeigt. Dass Schläge in Kombinationen erfolgen und teilweise mehrfach geblockt werden müssen, ist selbstverständlich und sollte immer sowohl im Stand als auch im Boden trainiert werden. Allein dadurch ergibt sich eine Vielzahl an Möglichkeiten, das Prüfungsprogramm nicht immer gleich aussehen zu lassen und seine Techniken flexibler einzusetzen. In diesem Zusammenhang zeigte Kai Jacobi auch, wie man vom Stand in den Boden kommt (von vielen heute als „Take down“ bezeichnet) und nutzte dafür Juji-gatame. Aber auch die Angriffe mit den Waffen wurden variiert. So wurde beispielsweise mit dem Stock nicht geschlagen, sondern auch gewürgt, und das sowohl im Stand als auch in der Bodenlage. Hier demonstrierte Jacobi, wie man nun den Juji-gatame auch hier wieder in verschiedenen Varianten einsetzen kann, um sich erfolgreich zu verteidigen. Dass man den gewonnenen Stock auch selber wieder einsetzen kann bekam die 22 Teilnehmer auch noch mit auf den Weg, denn der Umgang mit den Waffen ist ebenso wichtig wie deren Abwehr. Alles in allem ein Lehrgang, in dem viele neue Möglichkeiten im Angriffsverhalten aufgezeigt wurden, welche die Teilnehmer nun zukünftig in ihrem Training berücksichtigen sollten. So kann man in Zukunft noch vielfältigere Technikkombinationen zu sehen bekommen.

**Text: Martin Sülz
Fotos Arne Bruns**



Kai Jacobi, 4. Dan Jiu Jitsu - Abwehr gegen Würgen mit dem Stock



Vom Stand in den Boden mit Juji-gatame



Waffenabwehr in der Bodenlage



Festgelegt



Die Geehrten im Rahmen der KID



KID-Seminar 2013

Das Jahr 2013 ist ein ganz besonderes Jahr für die KID (Korporation Internationaler Danträger), denn in diesem Jahr wurde das jährliche Treffen der Mitglieder der KID zum 40. Male seit der Gründung im Jahr 1972 ausgerichtet - seit mehr als 15 Jahren in Form des mehrtägigen KID-Seminars. Um dem Anlass entsprechend Rechnung zu tragen, wurde das verlängerte Wochenende vom 9. bis 12. Mai 2013 - also sowohl Vater- als auch Muttertag umspannend - ausgewählt und das Seminar so um einen zusätzlichen Tag verlängert. Man kann gleich bei der Bildhaftigkeit der Familie bleiben, denn die KID ist am 7. Mai 1972 beim Amtsgericht Düsseldorf eingetragen und somit „aus der Taufe“ gehoben worden.

Die Anreise der Teilnehmer aus allen Teilen der Bundesrepublik war in diesem Jahr frei von verkehrs- und witterungstechnischen Widrigkeiten. Dies lag zum einen darin begründet, dass der Donnerstag als Anreisetag ein Feiertag war, zum anderen fand es seinen Ausdruck in der erfreulichen Tatsache, dass das (Mai)Wetter sich von seiner besten Seite zeigte und alle Anreisenden mit einem wohligen, sonnigen, fast sommerhaften Klima bedachte. Noch bevor es in die Jahreshauptversammlung mit anschließendem Abendessen ging, hatte

man es sich im Sportzentrum gemütlich gemacht und das eine oder andere Gespräch führen können.

Im Rahmen der anschließenden Feierlichkeiten wurde in Anerkennung und Würdigung der besonderen Verdienste und seinem unermüdlichen Einsatz für den DJJB (Deutscher Jiu Jitsu Bund) und die KID Harald Westrich



Arbeiten in der Bodenlage

der 6. Dan Jiu Jitsu und die Ehrenwürde eines „Renshi“ verliehen. Das Feilen gehört zwar wie das Schleifen zu den Tätigkeiten des Handwerks, ist aber unverzichtbarer Bestandteil der Kunst Jiu Jitsu. *Hand, Kopf, Herz und Charakter* gehören hier untrennbar zusammen. Ferner wurde Frank Sawallich und Bernd Kampmann der 7. Dan Jiu Jitsu verliehen, Josef Djakovic und Dieter Mäß erhielten den 8. Dan Jiu Jitsu für ihre herausragenden Leistungen und Verdienste sowie ihren unermüdlichen Einsatz in den letzten Jahren. Der Präsident der KID Dieter Lösgen (10. Dan Jiu Jitsu, Hanshi) ließ es sich weiterhin nicht nehmen, Bernd Kampmann, Josef Djakovic und Dieter Mäß mit der Ehrenwürde eines *Kyoshi* auszuzeichnen. „*Kyo*“ heißt in der japanischen Sprache in etwa „*lehren*“ und bedeutet „*Lehrer*“.

Im Mittelpunkt der diesjährigen Seminarthemen stand ferner die 40-jährige Geschichte und Entwicklung der KID. Nach dem Blick „zurück“ wandte sich der Blick auf die Zukunft der KID. Der technische und praktische Schwerpunkt des KID-Seminars lag in diesem Jahr auf den Waffenkata des DJJB. Dies sind die Kata 4 bis 6, welche nach der Prüfungsordnung des DJJB zu den Dan-Prüfungen beherrscht und gezeigt werden müssen. Die Kata und ihre Einzeltechniken wurden im technischen Detail gezeigt und anschließend intensiv geübt. Offene Fragen und Unklarheiten konnten beantwortet werden. Insbesondere kam man darüber ein, dass der in der jeweiligen Kata verborgene technische Aspekt auch den jüngeren Schülern in den Vereinen in abgeschwächter Form gelehrt werden kann, damit diese bereits über ein solides Grundgerüst verfügen, wenn sie sich auf ihre Dan-Prüfungen vorbereiten.



Gruppenarbeit

Neben den Trainingseinheiten Kata hatten die von Präsident Dieter Lösgen geehrten Lehrer die Möglichkeit, eigene Trainingseinheiten zu gestalten, wovon diese auch regen Gebrauch machten. Nach dem abschließenden gemeinsamen Mittagessen am Sonntag führen alle Teilnehmer mit vielen neuen Ideen und der Gewissheit, etwas Bleibendes für die KID und das Jiu Jitsu getan und gelernt zu haben, nach Hause, wo nun in den Heimatdojos die neu erlernten Impulse umgesetzt werden. Man war sich bewusst, dass man die gemeinsame Basis und das Vertrauen der einzelnen Mitglieder der KID ineinander vertieft, gestärkt und weiter zu einem großen Ganzen geschmiedet hatte.

Text: Andreas Dolny/Volker Schwarz
Fotos: DJJB

Budo, Dojo und Zen - Iaido-Lehrgang mit Werner Schmidt Sensei

Werner Schmidt (5. Dan Iaido) zeigte beim Iai Do-Lehrgang beim TSV Viktoria Mülheim nicht nur den richtigen Umgang mit dem Iaito bzw. Bokken, sondern nahm sich auch die Zeit, Begriffe wie Budo, Dojo und Zen zu erörtern. Im Mittelpunkt des Lehrgangs „Iai Do“, der für Kyu-Grade ab Grüngurt Jiu Jitsu vorgesehen war, stand „Die Kunst des Schwertziehens; Übungen und Kata aus der Seite Iai“. Betrachtet man z.B. das Schriftzeichen für Budo, so wird schnell klar, dass das wirkliche Ziel eines Budokas die Vermeidung des Kampfes ist. So fragt man sich anschließend konsequenterweise, warum wir eigentlich trainieren, wenn man eigentlich den Kampf vermeiden möchte? Die Frage muss jeder Schüler sicherlich für sich selbst beantworten. Sicher ist allerdings, dass als „Nebenprodukt“ des Übens von Budo-Künsten auch eine innere Reifung und charakterliche Fortschritte erfolgen, die dazu beitragen können, dass ein Kampf nicht

stattfindet bzw. nicht stattfinden muss. In den Budo-Künsten gibt es zwischen den einzelnen Disziplinen zahlreiche Berührungspunkte, das gilt auch für Iai Do und Jiu Jitsu.



Iaido-Prüflinge müssen zum 1. Dan die Frage beantworten, warum sie mit dem Iaido-Studium begonnen haben. Aber es war auch die faszinierende Schwerttechnik, welche die Anwesenden in ihren Bann zog. Gerade diese Übungen mit dem Schwert bzw. dem Holzschwert (Bokken) und das anschließende lehrhafte Gespräch (Mondo) machten diesen Lehrgang Iai Do zu etwas Besonderem, und alle Lehrgangsteilnehmer waren sich einig, dass wir Werner Schmidt Sensei immer wieder als Meister auf der Matte sehen möchten. Vielen Dank für den interessanten und sehr anregenden Lehrgang!

Tanja Behning

Kyu-Lehrgang in Oberhausen-Sterkrade

Wenn du die Leute nicht anlächeln willst, darfst du kein Geschäft eröffnen (japanische Weisheit) ... oder auch keine Lehrtätigkeiten ausüben, könnte man den Gedanken weiterspinnen. Wenn du hingegen mit Freude unterrichtest, überträgt es sich auf deine Schüler und du erlebst eine tolle Trainingseinheit an einem im wahrsten Sinne sonnigen Sonntag im April 2013. Eben an diesem Morgen fanden motivierte Jiu-Jitsukas den Weg ins Dojo der Sportfreunde 06 in Oberhausen-Sterkrade zum Kyu-Lehrgang gelb bis grün. Das Thema waren die Abwehrtechniken gegen waffenlose Angriffe. Ohne den Wert zu verlieren, das Gelernte auch zu behalten, ist es kaum an einem Lehrgangstag zu schaffen, alle Techniken zu diesem Thema aus der Prüfungsordnung zu behandeln. Das sind beim Grüngurt 30 Angriffe. Deshalb wurde das Thema durch den Lehrgangsleiter André Rasche (3. Dan Jiu-Jitsu, Bujindo MH) eingegrenzt.

Nach einer impulsiven Aufwärmphase mit einigen Tritt- und Schlagkombinationen konnte sich der Lehrgangsleiter einen Überblick über die Falltechniken seiner Teilnehmer verschaffen. Im Anschluss an die Fallschule versuchte André Rasche durch einige Lauf- und Boxübungen, die sich zwischen den Technikteilen mit neuen Übungen wiederholten, den Kopf und Geist zu befreien und für das Neue zu öffnen. In dem ersten von drei Technikteilen befasste sich André Rasche mit den Abwehrmöglichkeiten gegen Revers fassen - einhändig gefasst, doppelt gezogen und doppelt gestoßen. Grundsätzlich wurde darauf hingewiesen möglichst realistisch anzugreifen. Ein energischer Angriff ist die Grundlage für eine effektive Verteidigung. So wurde nach jeder Abwehrtechnik der Partner getauscht und zur weiteren Vertiefung auf Kommando trainiert. Der nächste Technikteil



Distanz schaffen

ging wieder in die Nahdistanz, zum Angriff mit Doppel-Nelson. Auch hier gilt, man muss den Gegner mit Tritten und Schlägen „bearbeiten“, bevor man einen Hebel ansetzen kann, um sich dann aus dem Griff zu befreien. Zum Abschluss wurden im Bodenkampf die letzten Kräfte mobilisiert, um dann die restlichen Sonnenstunden an diesem Wochenende zu genießen - und dass hatten sich wirklich alle Teilnehmer verdient.

Text: André Rasche

Fotos: Thomas Tückmantel/Alexander Galk





Abenteuer und Erlebnissport - ein Wochenende mit der Jugend des DFJJ NRW

Im Juni hatte die Jugend des DFJJ NRW zu einem Erlebniswochenende in der Sportschule des Landessportbundes NRW in Hachen/Sundern nahe dem Sörpensee eingeladen. 50 Nachwuchs-Jediritter im Alter zwischen sechs und 13 Jahren aus Schmallenberg und Köln nahmen das Angebot an und erlebten mit ihren Betreuern ein Wochenende voller Action in der Sporthalle, an der Kletterwand, dem Abenteuerspielplatz und im Wald.

Nach unserer Anreise waren am Freitagabend zunächst die elementaren Dinge des Lebens zu klären. Wer schläft wo mit wem in welchem Ferienhaus, wie kriege ich das Bettzeug in die Bettwäsche, wann gibt es wo etwas zu essen, wann geht es in die Sporthalle. Nachdem diese Dinge geklärt waren, machten wir einen Rundgang über das Gelände der Sportschule, da auch für die meisten Betreuer die Sportschule in Hachen Neuland war. Um 20:00 Uhr hieß es dann Leinen los zum

Spielen, Toben, Raufen und Cola-Automat plündern. Um 22:00 Uhr waren alle in ihren Ferienhäusern und die Betreuer kämpften sich mit ihren Gruppen durch die erste Nacht.

Am Samstag enterten wir vormittags die zugewiesene Sporthalle, um gemeinsam Jiu Jitsu-Techniken der Grundschule und Kombinationen in der Selbstverteidigung zu trainieren. Die voll belegte Sportschule bescherte uns hier eine Menge faszinierte Zaungäste aus anderen Sportarten. Nach dem Mittagessen hieß es dann umziehen in die Outdoorbekleidung und packen der Tagesrucksäcke für das Waldabenteuer. Hütten bauen, Kooperationsspiele, vertrauensbildende Partner- und Gruppenaufgaben sowie das Balancieren auf einer Slackline oder das Klettern in den Bäumen mittels verschiedener Techniken und Ausrüstungen sorgten bis zum aufziehenden Regen für einen kurzweiligen Nachmittag. Nach dem Abendessen konn-



Slackline



Baumklettern am Sicherungsseil



Aufmerksam beobachten



Karate Oi tsuki

ten sich unsere Teilnehmer für verschiedene Angebote entscheiden. Abenteuerspielplatz, Ballspiele, Tischtennis, Bumerang werfen oder Klettern an der Kletterwand standen zur Auswahl. Die Nachtruhe verlief wie erwartet. Unsere Kids versuchten, die Belastungsgrenze ihrer Betreuer auszureizen.

Da war es auch nicht verwunderlich, dass ich am Sonntag statt 60 nur noch 50 Teilnehmer vor dem Marsch zum Speisesaal zählte. Unsere Jüngsten hatten mit ihrem Betreuer fangen, toben und verstecken bis 3:00 Uhr morgens gespielt. Entsprechend lag die nicht näher benannte Gruppe (Jugendschutz) auch um 7:30 Uhr noch im Tiefschlaf. Aber Hut ab - nach dem Wecken durch 50 hungrige Teammitglieder gelang es der Gruppe binnen drei Minuten gestieft und gespornt vor der Hütte zu stehen. Dass die Frisuren aussahen wie frisch im Fön explodiert sei nur am Rande erwähnt. Während des Frühstücks gab es noch

eine kleine Überraschung. Mit einem Ständchen, einem Geburtstagskuchen und einem kleinen Geschenk gratulierten wir **Phillip** gemeinsam zum **8.** Geburtstag, bevor wir den Sonntag mit Hütten reinigen, Koffer packen, Revierdienst, Sport und Spielen bis zur Abreise am Nachmittag ausklingen ließen. Ich möchte mich an dieser Stelle ganz herzlich bei meinen zehn Betreuern bedanken, die trotz Beruf oder Klausurphase an der Uni und der Schule ehrenamtlich unermüdlich ihre Gruppen durch den Wald und über das Sportgelände jagten, trösteten, motivierten und alle Teilnehmer zu Erfolgserlebnissen führten. Mein Dank gilt aber auch dem Team der Sportschule Hachen und des Feriendorfes, die uns schnell und unkompliziert in allen Dingen unterstützten.

Text: Karl-Heinz Muhs
Fotos: Holger Gernhold

Bau einer Notunterkunft



Kletterwand indoor

13 neue Trainerassistenten in NRW



Ein Samstag mitten im ländlichen Lipperland in einem kleinen Ortsteil von Lemgo: 14 Teilnehmer im Alter zwischen 15 und 44 Jahren saßen in einem Schulungsraum der Sporthalle des BSV Leese und warteten gespannt, was sie bei ihrer Ausbildung zum Trainerassistenten erwartete.

Und so passte es hervorragend, dass der Referent für Lizenzwesen Mike Lange einen bunten Strauß an Themen vorbereitet hatte - an den drei Lehrgangstagen war in den jeweils zehn Unterrichtseinheiten wirklich für jeden etwas dabei. Doch was wurde bei dieser Fortbildung thematisch wirklich behandelt? Durch sehr interessante Lehrvideos zum menschlichen Körper sowie dem Herz-Kreislauf-System wurden neben wissenschaftlichem Wissen z.B. zu den verschiedenen Muskelarten auch viele Gesundheitstipps vermittelt, beispielsweise welche Auswirkungen Nikotin und ungesunde Ernährung auf den Körper haben. Den konkreten dreiteiligen Aufbau eines 90-minütigen

Trainings mit unterschiedlichen Lernmethoden konnte Mike Lange sehr verständlich erklären. Eine Gruppenübung zur Erarbeitung eines Stundenverlaufsplanes verfestigte diese Theorie und diente allen Teilnehmern als kleine Vorbereitung auf die Prüfung.

In einer weiteren Übungsphase zu Trainingssituationen auf die Frage „Was würdest du tun, wenn in deinem Training ...“ wurden mögliche Reaktionen ausführlich diskutiert und zusammengetragen, welches bei allen Teilnehmern durch die rege Beteiligung deutliches Interesse weckte. In einem ebenfalls sehr interessanten Teil zum Aufbau eingetragener Vereine, der Organisation des Ju-Jitsu-Verbandes sowie zur Aufsichtspflicht und dem jeweiligen Versicherungsschutz in den Vereinen konnten alle Teilnehmer wichtige Informationen zu rechtlichen Sachverhalten mitnehmen.

Der Referent Mike Lange arbeitete für die Praxisphasen Trainingseinheiten heraus, um die Lernmethoden auch auf der Matte praktisch umzusetzen. Neben einer breiten Auswahl an Spielen nicht nur für Kinder und Jugendliche, verschiedenen Arten der Schlussphasen eines Trainings sowie dem Einsatz verschiedenster Hilfsmittel wie Zeitungen zum Üben des passiven Blocks konnten alle 15 Teilnehmer die viele Theorie durch praktisches Training selbst ausprobieren und auch besser im Gedächtnis verfestigen. Die 20-minütigen Lehrproben wurden von allen Teilnehmern erfolgreich abgehalten. Jeder Prüfling erhielt in einem Einzelgespräch nützliche Tipps und Feedback von den Prüfern Mike Lange und Reinhard Ogrodnik.

Im Namen aller Mitsstreiter: Vielen Dank Mike Lange! Es war eine tolle Ausbildung mit vielen nützlichen Tipps, interessanten Lernmethoden und natürlich jeder Menge Spaß! Die Prüfungsteilnehmer waren Joshua Becker, Bianca Steffen, Eugen Wulf, Madlin Papke, Manuel Klüter, Nora Müller, Marc Beck, Leonie Schmidt, Keshia Friedrich, Valeri Pick, Pia Hönerlage, Henrik Husemann und Patrick Børg. Herzlichen Glückwunsch!

Nora Müller





Zehn Jahre Kihaku Dremmen

Doppelte Belastung für den Referenten

Keinen Geringeren als den Bundestrainer für den Bodenkampf (Ne-Waza) hatten die Kihaku aus Heinsberg-Dremmen eingeladen. Matthias Huber zeigte auf dem Lehrgang, dass man ihn nicht umsonst in diese Funktion hineingewählt hatte. Erst am Abend vorher aus Heidelberg angereist, empfing er zunächst am Samstagmorgen die Ju-Jutsu-Kids im Alter von sechs bis elf Jahren. Gekonnt spielerisch zog er die ganz jungen Ju-Jutsukas in seinen Bann. Er spielte mit den Kindern, brachte ihnen hierbei so manche Technik näher und ließ sie vergessen, dass so ein Lehrgang auch mal drei Stunden dauern kann. Die Kinder übten fleißig, vergaßen neben dem Spaß aber nicht die Techniken. So erinnerte das Training stark an eine Werbung aus dem Fernsehen, wo der Süßigkeitenhersteller „drei Dinge auf einmal“ verspricht: Spiel, Spaß und Spannung. Matthias setzte es bei den Kindern in seiner ihm eigenen Art um. Er bereitete ihnen Spaß, erzeugte Spannung auf die nächste coole Technik und ließ sie beim Spielen am Boden die Zeit vergessen.

Das war der erste Streich, der zweite folgte sogleich. Nach den Kindern folgten die Erwachsenen. Hier ließ er sie zunächst als Warm

up um einen Medizinball kämpfen. Aufhören oder aufgeben gab es nicht. In seinem Heidelberger Akzent feuerte er die müden Sportler an: „Wenn ihr nicht mehr könnt - einfach weitermachen!“ So motiviert ging es nach dem Aufwärmen an den Technikteil. Natürlich Boden ... verschiedene Kampfsituationen um das Thema „Beingreifer“. Mal als Angriff, mal als Verteidigung. So oder so landete man am Boden und konnte hier mit einer gut positionierten Haltetechnik punkten. Eine gut ausgeführte und sicher beherrschte Haltetechnik ist von enormer Bedeutung. Es ging in die Einzelheiten, ja Schraubchenkunde war angesagt. So konnte jeder aus einer „kann ich“ Technik, noch enorm viel lernen. Mit wohl dosierter Leichtigkeit, aber dennoch konsequent durchgeführt, kam eine „KO-Position“ nach der anderen zum Tragen. Wobei Tragen hier der falsche Begriff ist, denn der Uke musste den Druck spüren. Druck verlieren heißt Position/Kampf verlieren. So gingen die „druckvollen“ vier Stunden vorbei und man freute sich auf das folgende Buffet zum Abschluss. Neben den Ehrungen der „Gründungsmitgliedern“ stand auch ein kleines Dankeschön für Matthias auf der Agenda. Danke für die Bereitschaft der doppelten Belastung als Referent. Es hat sich gelohnt.

Andreas Dern



Erster Jugendlehrgang beim Budo Club Lifetime

Im Lifetime Budo Club in Wipperfürth fand der erste Jugendlehrgang unter der Leitung von Frank Zimmermann (2. Dan Ju-Jutsu, Bezirksvertreter Siegen) statt. Es fanden sich 16 Teilnehmer ein, die dann nach der Begrüßung eifrig mitarbeiteten. Das Thema des Lehrganges war Prüfungsvorbereitung, hier konnte Frank aufgrund seiner langjährigen Jugendtrainererfahrung ein gutes Angebot an Kombinationen und Techniken bieten. Schon während der Erwärmung verstand es Frank, verschiedene Bewegungsformen mit ins Programm einzubauen, worauf sich dann die Kombinationen aufbauten. Mit den schon erlernten Bewegungsformen und anschließenden Meidbewegungen bauten sich Kombinationen mit Hebeltechniken und Sicherungstechniken systematisch auf. Alle Teilnehmer haben fleißig die gezeigten Kombinationen trainiert und bis zum Ende des Lehrganges mit voller Konzentration mitgearbeitet. Frank bedankte sich bei den



Teilnehmern für den schönen Lehrgang, diese wiederum verabschiedeten Frank mit großem Applaus.

Sascha Wege

Prüfungsvorbereitung Ü 45 mit Robby Prümm und Dieter Call

Dunkel wie in den berühmten Katakomben war es zu Beginn des Lehrgangs auf der Matte in Aachen. Man hatte offenbar vergessen, dass der Lehrgang stattfindet. Die Eingangstüren zur Halle und zum Regieraum waren verschlossen, so dass das Training zunächst im „Dunklen“ beginnen musste. Das sollte dem Enthusiasmus der Referenten Robby Prümm (Referent Senioren) und Dieter Call (Trainerteam Ü45) aber keinen Abbruch tun. Sie nutzten die Zeit, um den Teilnehmern (bis hin zum 5. Dan) ihre Erfahrungen von der letzten Dan-Prüfung mitzuteilen.

Insbesondere die Wichtigkeit der Bewegungslehre lag Dieter und Robby am Herzen. So war klar, dass die ersten Übungen nach dem Aufwärmen in diesem Bereich lagen. Damit hatte Dieter dann auch gleich die Überleitung zum nächsten Themenschwerpunkt gefunden. Altersgerechte Technikausführung! Klar - bei einem jüngeren Prüfling könnte der Prüfer schon mal verlangen, dass eine Fußtechnik, wie etwa der Fersenschlag zum Kopf ausgeführt wird. Bei Prüflingen im höheren Alter oder mit Handicap ist dies naturgemäß nicht immer der Fall. Dafür hatten beide Referenten volles Verständnis und zeigten deshalb, wie sich die Prüflinge ihren Angreifer „erziehen“ können, damit die Technik auch noch von einem älteren Prüfungsteilnehmer korrekt ausgeführt werden kann.

Dieter zeigte dies anhand des Fersenschlages nach außen oder nach innen. Bevor er die Technik einsetzte, behalf er sich mit einer Störtechnik, um den Uke in eine kniende und damit tiefere Position zu bringen, um anschließend den Fersenschlag auszuführen. Als zweites Beispiel sollte der Schenkelwurf dienen, wobei der Partner vor der Ausführung mittels Fußtritt zum Schienbein wieder in den Kniestand gezwungen wurde. So war es auch einem bewegungseingeschränkten Ju-Jutsuka möglich, den Wurf noch auszuführen. Ergänzend zeigte Dieter noch eine Variante des Körperwurfs, bei dem insbesondere das deutliche Gleichgewicht brechen zur Seite dazu führte, dass der Prüfling beim Wurf selbst keinen weiten Ausfallschritt nach hinten vollziehen musste, sondern ein „normales“ Herausstrecken des Beines am Gegner vorbei bereits zur Wurfausführung beitrug.

Nach der Pause übernahm Robby die Regie und ging insbesondere auf die Weiterführungs- und Gegentechniken ein. Er machte deutlich, dass es für diese Prüfungsfächer keine zweite Chance gibt! Somit sollte die Vorbereitung auf dieses Prüfungsfach in der Art erfolgen, dass alle möglichen Varianten einer Technik abrufbar sind. Von Vorteil ist es hierbei, dass Prüflinge einer Ü45-Prüfung sich ihren Uke mitbringen können. Trotzdem wurde am Beispiel eines Kipphandhebels gezeigt, dass „der Teufel im Detail liegt“. Die beste Technikausführung könnte nicht bewertet werden, wenn die Prüfer diese nicht sehen können. Mit diesem Hinweis sollte klar gemacht werden, dass auch der Prüfling darauf zu achten hat, dass dem Prüfer eine Bewertung überhaupt möglich wird.

Beim abschließenden freien Training des eigenen Prüfungsprogramms erhielten die Lehrgangsteilnehmer von Robby und Dieter wertvolle Tipps für eine technische Prüfung. Individuelle fachliche Fragen wurden verständlich beantwortet.

Jürgen Heitzer





Landeslehrgang Jugend trotz sommerähnlichem Wetter gut besucht

Im Littfelder Dojo fand ein Landeslehrgang Jugend unter der Leitung von Sonja und Sascha Wege statt. Trotz schönen Wetters war der Lehrgang gut besucht und direkt nach der Begrüßung begann der auch schon die Erwärmung der Kids mit verschiedenen Bewegungsformen und auch dem einen oder anderen Spiel. Dann stiegen Sonja und Sascha auch schon in das Thema „Hebeltechniken“ ein. Es wur-

de zu Beginn der Armstreckhebel systematisch aufgebaut und geübt. Danach haben die Kids die Technik mit Begeisterung vor der Gruppe gezeigt. So wurden verschiedene Hebeltechniken in verschiedenen Kombinationen aufgebaut und immer wieder den anderen präsentiert.

Ju Jutsu Team Littfeld

Bodentechniken mit Stefan Korte

Der Boden wurde zum Tummelplatz - zumindest für vier Stunden Landeslehrgang in Eitorf. Inzwischen zum dritten Mal versammelten sich Ju-Jutsukas aus NRW zu einem Seminar mit Stefan Korte (3. Dan), diesmal um das weite Feld der Bodentechniken etwas weiter zu erschließen. Zum Aufwärmen gab es eine lange Fitnessseinheit, besonders geprägt von bodenspezifischen Übungen. Von Granby Rolls bis hin zur Ginastica Natural war so gut wie alles dabei und ergab einen guten Start für den Lehrgang. Den Einstieg in den eigentlichen Technikteil bildete hierbei der „Armbar from Guard“, eine Basistechnik, gefolgt von der dazugehörigen Defense. Frei nach dem Motto „Wer noch einmal weiter weiß, gewinnt das Spiel“ schloss sich der „Kimura“ an, welcher mit einem alternativen verriegelten Armhebel aus dem Shooto weitergeführt werden konnte. In erneuter Attack-Defense-Kombination präsentierte der Referent danach den „Omoplato“. Bei einer früh genug angesetzten Vorwärtsrolle, um dem Hebel zu entgehen, zeigte Stefan hier schließlich die Möglichkeit, mit einem „Bicep Crush“ weiterzuführen. Als Schlusstechnik gab es eine Kombination aus „Knee On Stomach“ und „Swing Armbar“, welche die schmerzinduzierten Fehler aus der „no-tap-Technik“ zur

Weiterführung mit dem Hebel nutzte. Alles in allem eine gelungene Mischung aus Fitness und Technik, welche ein Seminar zum Ergebnis hatte, das gerne noch länger hätte sein können. Gerne mehr davon und gerne in naher Zukunft.

Celina Pfeffer





Jugendlehrgang mit Wolfgang Kroel

Der JC Halver richtete Ende Mai einen Jugendlehrgang zum Thema Prüfungsprogramm aus. Und wer wäre als Referent geeigneter gewesen als NRW-Lehrwart Wolfgang Kroel (7. Dan)? Gewohnt akribisch, aber dabei sehr kindgerecht, behandelte er die verschiedenen Bereiche. Nach dem Aufwärmprogramm folgte die Zweckgymnastik mit verschiedenen Übungsformen zum besseren Verständnis der Bewegungsformen. Anschließend wurden diverse Falltechniken in einzelne Bestandteile zerlegt und in Teilschritten trainiert. Anhand verschiedener kindgerechter Kombinationen verdeutlichte Wolfgang einzelne Inhalte des Prüfungsprogrammes.

NWJJV



Ogrodnik und ein bisschen Korte in Nettetal

Der NWJJV lud zu einem Seminar zum Thema „Stock- und Messerabwehr“ ein. Über 60 Teilnehmer kamen zum JJJC Nettetal - was den Referenten Reinhard Ogrodnik (7. Dan) dazu veranlasste, spontan einen Co-Referenten einzuberufen. Der etwas überraschte Stefan Korte (3. Dan) wurde der ein wenig fortgeschrittenen Gruppe zugeteilt und zeigte dort zunächst Variationen des Doppelsinawali, bevor es mit verschiedenen Variationen von Einzelangriffen weiterging. Die andere Gruppe tastete sich mit dem Hauptreferenten an die Basics in Sachen Stock heran, um ein Gefühl für das Ganze zu bekommen und später mit den anderen auf einen Stand zu gelangen.



Als es in der zweiten Hälfte des Seminars zum Thema Messer kam, wurden die beiden Gruppen wieder zusammengeführt und Reinhard Ogrodnik übernahm nun komplett die Leitung. Er begann mit einfachen Abwehrdrills, die dann später durch das Einbauen weiterer Folgeangriffe verkompliziert wurden. Gerade dadurch bekamen die Teilnehmer ein Gefühl für den Lauf des Messers und für die Explosivität, die hinter einem solchen Angriff stecken kann. Die „Angriffe zum Bauch“, welche den Partner auf eine falsch ausgeführte Technik hinwies, relativierten das Bild von Messerangriffen und verdeutlichten, wie leicht man sich in einem Messerangriff gefährliche Verletzungen zuziehen kann und dass es sehr schwierig ist, einem laufenden Messer auszuweichen und rechtzeitig zu kontern. Alles in allem ein sehr gelungenes Seminar, das sowohl grundlegende als auch fortgeschrittene Aspekte der Stock- und Messerabwehr beleuchtet und beide Bereiche allen Teilnehmern nahe gebracht hat.

Celina Pfeffer



NWTV-Sportler nahmen an der EM 2013 in Bled (Slowenien) teil

Drei Kämpfer aus dem NWTV verstärkten das ITF-Germany-Kader bei den Europameisterschaften der ITF bzw. EITF im schönen Urlaubsort Bled (Slowenien). Luka Weigand (Tul und Kampf), Ahmet Sengezer (Kampf und Team-Kampf) sowie Christian Pelz (Kampf und Team-Kampf) starteten aus unserem Verband. Sie besuchten zunächst eine vergleichbare Meisterschaft Anfang des Jahres in Holland mit 750 Teilnehmern für eine Standortbestimmung. Dann war klar, dass man sich u.a. mit einem wöchentlichen Zusatztraining unter Wilfried Peters gezielt auf die hohen Anforderungen vorbereiten musste. So fuhren die Sportler mit Begleitung für eine Woche über 1.000 Kilometer nach Slowenien, um sich mit Europas Taekwon-Do-Elite zu messen.

Das kleine Kader der ITF-Germany, ein Verband, der noch am Anfang steht, konnte insgesamt nur einen dritten Platz im Spezialtechnikbruchtest erreichen. Alle anderen Akteure schieden bereits in der Vorrunde aus. Unsere NWTV-Akteure hatten Mühe, in den hart geführten Kämpfen nicht unterzugehen und haben sich wacker geschlagen. Nationen wie Russland (z.B. mit ca. 180 Startern), Tschechien, Griechenland, Ukraine, die unter Profibedingungen trainieren, setzten Maßstäbe, an denen wir uns in der Zukunft orientieren müssen.

Es gab auch neue Regeln wie z.B. die Anforderung, pro runde 360-Grad- und 180-Grad-Kicks zu bringen und die Höherbewertung ent-



sprechend spektakulärer Aktionen. Besonders interessant war die neue Vollkontakt-Wettkampfdisziplin „Power-Taekwon-Do“. Hier wird nach den bekannten Regeln, jedoch mit erlaubtem Vollkontakt und praktisch ohne Pausen bzw. Unterbrechungen gekämpft.

So bleibt viel zu tun, wenn wir uns weiter an solchen Wettbewerben beteiligen möchten. Einen Anfang soll das regelmäßige Kadertraining alle zwei Wochen machen: Die für alle Interessierten (ab 13 Jahren) offenen und kostenlosen (Kampf-)Trainings werden von Wilfried Peters (6. Dan TKD und 6. Dan KB, u.a. ehemaliger IBF-Europameister Kampf, Teilnehmer WAKO Bundesliga Kampf, WM-Teilnehmer Bruchtest und Tul) geleitet. Folgende Termine stehen bis zu den Sommerferien fest (teilweise noch Ausrichter gesucht):

- **Samstag, 6. Juli 2013:** Sichtung auf der NRW-Meisterschaft in Südkirchen/Nordkirchen
- **Samstag, 20. Juli 2013:** 12:00 - 14:30 Uhr

Zusätzlich zu den NWTV-Terminen wird es von der ITF-Germany weitere ähnliche Angebote geben.

Der NWTV wird spätestens auf den Westdeutschen Meisterschaften im Herbst 2013 erstmals Power-Taekwon-Do, also Vollkontakt nach ITF-Regeln, als Mannschaftswettbewerb anbieten. Interessenten können sich in der NWTV-Geschäftsstelle melden. Vereine sollten bei Interesse bereits jetzt mit den Vorbereitungen beginnen. Die Wettkampfgeln stehen auf der Homepage des Europaverbandes EITF.



19. Dortmunder Budolehrgang

Hoch graduierte Lehrer und interessierte Budosportler aller Stile und Graduierungen trafen sich in der Sporthalle der Gustav-Heinemann-Gesamtschule in Dortmund-Huckarde, um miteinander und voneinander zu lernen. Jeder Kampfsportler mit Grundkenntnissen, der einmal in eine fremde Kampfkunst hineinschauen oder die eigene verbessern wollte, war zu diesem einmaligen Zusammentreffen der verschiedensten Budokünste eingeladen. Auf fünf Matten in insgesamt sechs Übungseinheiten wurden die verschiedensten Kampfkünste durch hoch graduierte Lehrer vorgestellt:

- **Capoeira/Kaliradman** - Julio Felices
- **Tai Chi Chuan/ShaoLin Kung-Fu** - Peter Rutkowski
- **Hwarang Kwan Do** - Klaus Wachsmann
- **Krav Maga** - Nico Schüssler
- **Luta Livre** - Holger Deimann
- **Kick-Boxen/Boxen** - Ferdinand Mack
- **Modern Arnis** - Dieter Knüttel
- **Free Fight** - Ralf Seeger
- **Muay Thai Boran** - Ralf Kussler

Taijitsu HK-Ryu - Horst Kallinowski
Mittelalterliches Fechten - Jan Gosewinkel
Kubotan - Dirk Hoffmann-Mac Gregor

Es kam auch ein Überraschungsgast, Shaolin Kitt, ein Shaolin Mönch, der Unterricht gab und abends bei der Budo-Show eine Kung-Fu Form präsentierte. Die Teilnehmer waren begeistert von der positiven Ausstrahlung des 45-Kilo-Mannes, der fraprierende Effekte aus seiner Kampfkunst demonstrierte.

Die 90 Teilnehmer haben wie jedes Jahr konzentriert an den Workshops teilgenommen und freuen sich schon auf den 20. Jubiläum-



Christian und Ferdinand

lehrgang Pfingsten 2014. Dazu wird sich der ausrichtende Verein BKV-Dortmund einiges einfallen lassen, um die Teilnehmer zu überraschen. Insbesondere die in diesem Jahr kleine Budo-Vorführung soll wieder ein Highlight, ähnlich der beim zehnjährigen Jubiläum, werden.

Die Sporthalle Huckarde ist für 2014 schon reserviert. Etliche der vielen Lehrer der vergangenen Dortmunder Budolehrgänge werden dazu eingeladen. So wird im nächsten Jahr eine einzigartige Vielfalt der Stile und Meister vertreten sein. Bis dahin wird es regelmäßig im „budoka“ ein Portrait eines der bekannten Lehrer der Budolehrgänge geben. Mit Klaus Wachsmann wurde in einer früheren Ausgabe bereits ein Anfang gemacht.

Ein Facebook-Account für den Dortmunder Budolehrgang ist in Arbeit. Bereits jetzt gibt es auf dem Facebook-Account des NWTV Fotos vom 19. Dortmunder Budolehrgang.

W. Peters

der budoka

ISSN 0948-4124

Bestellschein / Einzugsermächtigung

Bitte schicken Sie den „budoka“ ab Monat _____ an nachfolgende Adresse.
 Ich bezahle für 10 Ausgaben im Jahr 35,00 € / bei Bankeinzug 30,00 €
 (Bezugsjahr ist das Kalenderjahr).
 Die Kündigung des Abos ist mit einer Frist von sechs Wochen zum Ende des Kalenderjahres möglich.

Name:

Vorname:

Straße:

PLZ:

Wohnort:

Kontonummer:

Bankleitzahl:

Name des Geldinstituts:

Kontoinhaber:

Datum/Unterschrift:

Diese Bestellung kann innerhalb einer Frist von 8 Tagen widerrufen werden. Zur Wahrung der Frist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs an den Dachverband für Budotechniken NW e.V., Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg.

**An den
 Dachverband für Budotechniken
 Nordrhein-Westfalen e.V.
 Geschäftsstelle
 Postfach 10 15 06
 47015 Duisburg**

LAND

12. Landessichtungsturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 14 und U 17

Ausrichter: TSV Viktoria Mülheim.

Ort: RWE Rhein-Ruhr Sporthalle, An den Sportstätten 6, 45468 Mülheim an der Ruhr.

Zeitplan: Samstag, 14. September 2013:
10:00 - 10:30 Uhr Waage U 17 männlich -50, -55, -60, -66, -73 kg. 11:30 - 12:00 Uhr Waage U 17 männlich -40, -43, -46, -81, +81 kg. 13:00 - 13:30 Uhr Waage U 17 weiblich -48, -52, -57, -63 kg. 14:30 - 15:00 Uhr Waage U 17 weiblich -40, -44, -70, +70 kg. **Sonntag, 15. September 2013:** 9:00 - 9:30 Uhr Waage U 14 männlich -37, -40, -43, -46, -50 kg. 11:00 - 11:30 Uhr Waage U 14 männlich -31, -34, -55, -60, +60 kg. 12:30 - 13:00 Uhr Waage U 14 weiblich -36, -40, -44, -48, -52 kg. 14:00 - 14:30 Uhr Waage U 14 weiblich -30, -33, -57, -63, +63 kg.

Startberechtigung: U 14: Jahrgänge 2000, 2001 und 2002; U 17: Jahrgänge 1997, 1998 und 1999.

Hinweis: In der U 14 wird nach den Wettkampfregele der U 15 gekämpft. In der U 17 wird nach den Wettkampfregele der U 18 gekämpft.

Mattenzahl: 5 Matten 6 x 6 m.

Meldungen: männlich und weiblich: an Sylvia Kaese, Münzstr.8, 45356 Essen, mobil: 01 73 / 8 68 65 85, E-Mail: sylvia.kaese@cityweb.de
Folgende Angaben sind bei der Meldung unbedingt anzugeben: Name, Vorname, Jahrgang, Verein, Gewichtsklasse, Kyu-Grad. Für die Meldung sollte der E-Melder (siehe www.nwvjv.de) benutzt werden.

Meldegeld: 10,00 € je Teilnehmer/in, zu überweisen bis Meldeschluss auf das Konto Nr.: 453470199, BLZ 362 500 00, Sparkasse Mülheim. Folgende Angaben sind auf dem Überweisungsträger einzutragen: Verein und Anzahl U 14 / U 17. Der Zahlungsnachweis ist vor Veranstaltungsbeginn vorzulegen. Nachmeldungen und verspätet eingehende Meldungen doppeltes Meldegeld.

Meldeschluss: 9.9.2013 (Eingang).

Ärztliche Betreuung: vom NWJV gestellter Arzt/Ärztin.

Ansprechpartner des Ausrichters vor Ort: Michael Wusthoff, mobil: 01 73 / 8 97 86 99.

Anreise: aus Richtung Düsseldorf: Autobahnkreuz Breitscheid (A 3/A 52), Ausfahrt Mülheim an der Ruhr, Kölner Straße (B 1) Richtung Mülheim an der Ruhr, nach ca 9 km links auf den Werdener Weg, die Sporthalle liegt nach weiteren 800 m auf der rechten Seite; aus Richtung Essen: über die A 40 Ausfahrt Mülheim-Heißen/Zentrum, B 1 (Essener Straße) Richtung Mülheim an der Ruhr, nach ca 3 km rechts auf den Werdener Weg, die Sporthalle liegt nach weiteren 800 m auf der rechten Seite; aus Richtung Essen: über die A 52 Ausfahrt Essen-Kettwig, über Zeppelinstraße, Werdener Weg Richtung Mülheim an der Ruhr, die Sporthalle liegt nach ca 8,5 km auf der rechten Seite; aus Richtung Duisburg: über die A 40 Ausfahrt Mülheim an der Ruhr/Oberhausen-Alstaden, rechts Richtung Mülheim an der Ruhr, über Friesenstraße, Moritzstraße, Hauskampstraße und Oberhausener Straße (B 223) ca. 4 km bis zur Kreuzung Ruhrstraße/Leineweberstraße, links Richtung Stadtmitte, nach ca. 500 m rechts in die Kaiserstraße, die Sporthalle liegt nach weiteren 900 m auf der linken Seite.

Eintrittspreise: Erwachsene 2,50 €, Jugendliche (11-17 Jahre) 1,00 €, Kinder (bis 10 Jahre) frei.

BEZIRKE

Arnsberg

Bezirksjugendtag in Wickede

Datum: Sonntag, 8. September 2013.

Zeit: 12:00 Uhr.

Ort: Gaststätte Garte, Engelhardstr. 14, 58739 Wickede.

Tagesordnungspunkte:

1. Begrüßung
2. Genehmigung der Tagesordnung
3. Wahl eines Protokollführers/einer Protokollführerin aus dem Kreis Ostwestfalen
4. Feststellung der Stimmberechtigung
5. Genehmigung des Protokolls vom 26.8.2012
6. Berichte
 - a. der Kreisjugendleitungen
 - b. der Bezirksjugendleitung
 - c. des Bezirkskampfrichterreferenten
 - d. der Bezirkstrainer
7. Aussprache zu den Berichten
8. Wahl eines Versammlungsleiters/einer Versammlungsleiterin
9. Entlastung der Bezirksjugendleitung
10. Wahlen
 - a. Bezirksjugendleiterin
 - b. stellv. Bezirksjugendleiterin
11. Lösen der Sportkreise für das Sportjahr 2014
12. Vergabe von Meisterschaften und Turnieren für das Sportjahr 2014
13. Anträge
14. Verschiedenes

Vorschläge zur Tagesordnung, Bewerbungen (mit Terminangabe) für Meisterschaften und Turniere für das Sportjahr 2014 und Anträge müssen bis zum 11.8.2013 bei der Bezirksjugendleitung vorliegen. Vereine, die eine Meisterschaft bzw. ein Turnier übernehmen möchten, sollten einen Vereinsvertreter mit der Befugnis der Übernahme zum Bezirksjugendtag entsenden (Unterzeichnung der Übernahmevereinbarungen).

Anmerkung: Die Kreis- und Bezirksjugendleitung trifft sich bereits um 11:30 Uhr zur Vorbesprechung.

Die Teilnahme richtet sich nach den jeweils gültigen Ordnungen.

Mit der Meldung zu einer Veranstaltung erklären sich die Teilnehmer mit der elektronischen Speicherung ihrer wettkampfrelevanten Daten und deren Veröffentlichung in Aushängen, im Internet und in sonstigen Publikationen des DJB sowie dessen Untergliederungen einverstanden. Gleiches gilt für Bilddokumentationen.

Bezirksvereinsmannschaftsmeisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 15

Ausrichter: Sport-Union Annen e.V. Abt. Judo.
Tag: Sonntag, 29. September 2013.

Ort: SUA-Sportzentrum, Kälberweg 2-4, 58453 Witten-Annen.

Zeit: Waage 9:00 - 9:45 Uhr. Beginn ca. 10:00 Uhr.

Mattenzahl: 2.

Meldung: männlich und weiblich per E-Mail an uwe.helmich@gmx.de

Meldegeld: 60,00 € pro gemeldete Mannschaft ist bis zum Meldeschluss auf das Konto der Sport-Union Annen, Sparkasse Witten, BLZ 452 500 35, Kto.-Nr. 309781, Stichwort: BVMM U15 2013, zu überweisen. Die Meldung verpflichtet zur Zahlung des Meldegeldes. Bei Nachmeldungen und verspätet eingehenden Meldungen ist doppeltes Meldegeld an der Waage bar zu zahlen. Eine Scheckzahlung ist nicht möglich.

Meldeschluss: 23.9.2013 (Eingang).

Ansprechpartner des Ausrichters: Franz Paris, Tel.: 0 23 07 / 1 40 08 71, mobil: 01 79 / 7 06 48 74.

Hinweis: Die qualifizierten Mannschaften müssen am Veranstaltungstag das Meldegeld für die WdVMM in bar entrichten. Eine Scheckzahlung ist nicht möglich.

Wegbeschreibung: A 44 Abfahrt Witten-Annen, Richtung Witten-Zentrum, 2. Ampel links Stockumer Straße, nach ca. 500 m links Sportzentrum Kälberweg

Eintritt: Erwachsene 2,00 €, Kinder und Jugendliche haben freien Eintritt.

Detmold

Landesliga Männer Detmold

Der Termin für die Landesliga Detmold ist der **16. November 2013**. Die Ligaversammlung findet im Anschluss an die Bezirksversammlung statt (gesonderte Ausschreibung).

Meldung: mit Mannschaftsliste bis 14.9.2013 an helmuth-muth@web.de bzw. beim Verbandsligakampftag in Bielefeld.

Meldegeld und Kaution: 200,00 € in bar auf der Ligaversammlung.

Pässe: Prüfung durch die Kreisfachwarte.

Ausrichter: ??? Bewerbungen erbeten.

Düsseldorf

Willi-Lang-Gedächtnisturnier - Bezirks- und Einladungsturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 12, U 15, Frauen U 18, Männer U 18, Frauen U 21 und Männer U 21

Ausrichter: MSV Duisburg.

Ort: Sporthalle an der Westender Straße, 47138 Duisburg-Meiderich (am MSV-Clubhaus).

Zeitplan: Samstag, 14. September 2013:

9:00 - 9:30 Uhr Waage Jugend U 15 männlich.
11:00 - 11:30 Uhr Waage Jugend U 15 weiblich.

13:30 - 14:00 Uhr Waage Frauen U 21 und Männer U 21.

Sonntag, 15. September 2013:

9:00 - 9:30 Uhr Waage Jugend U 12 männlich.
11:00 - 11:30 Uhr Waage Jugend U 12 weiblich.

13:30 - 14:00 Uhr Waage Frauen U 18 und

Männer U 18.

Mattenzahl: 2 Matten 7 x 7 m, 2 Matten 6 x 6 m.

Eingeladene Vereine: JC Reuver, Kai In Sho Roermond, Judoschool Veendam, PSV Bochum, JC 66 Bottrop.

Meldungen: auf vollständig ausgefüllter Startkarte an Ursula Lang, Am Mismahshof 36, 47137 Duisburg.

Meldegeld: 7,00 € je Teilnehmer, auf das Konto: MSV Duisburg, Konto-Nr. 234005080, BLZ 350 500 00, Sparkasse Duisburg. Meldung verpflichtet zur Zahlung. Nachmeldung doppeltes Meldegeld.

Meldeschluss: 9.9.2013.

Wegbeschreibung: A 3 Richtung Oberhausen bis Duisburger Kreuz, dann Richtung Duisburg-Venlo (A 40), dann Richtung Dinslaken/Duisburg-Nord (A 59), Abfahrt (8) Obermeiderich-Ruhrort, links in die Bürgermeister-Pützstraße, 4. Ampel rechts in die Westenderstraße, 500 m weiter liegt die Halle.

Bezirksversammlung und Bezirksjugendtag

Datum: Dienstag, 24. September 2013.

Zeit: 19:00 Uhr Bezirksversammlung, 20:00 Uhr Bezirksjugendtag.

Ort: Haus der Verbände, Sitzungszimmer 1, Friedrich-Alfred-Str. 25, 47055 Duisburg.

Tagesordnung Bezirksversammlung:

1. Begrüßung
2. Genehmigung der Tagesordnung
3. Genehmigung des Protokolls 2012
4. Feststellung der Stimmberechtigung
5. Wahl eines Protokollführers
6. Bericht Bezirksfachwart/Bezirksfrauenwartin
7. Berichte, Probleme der Kreise und Aussprache
8. Wahl eines Versammlungsleiters
9. Entlastung Bezirksfachwart/in
10. Wahlen Bezirksfrauenwartin
11. Losen der Kreise
12. Vergabe von Meisterschaften (BEM Männer und Frauen)
13. Vergabe von Turnieren
14. Anträge
15. Verschiedenes

Tagesordnung Bezirksjugendtag:

1. Begrüßung
2. Genehmigung der Tagesordnung
3. Feststellung der Stimmberechtigung
4. Wahl eines Protokollführers
5. Genehmigung des Protokolls BJT 2012
6. Berichte und Aussprache
7. Wahl eines Versammlungsleiters
8. Entlastung der Bezirksjugendleitung
9. Wahl der Bezirksjugendleiterin/stellv. Bezirksjugendleiterin
10. Losen der Kreise
11. Vergabe von Meisterschaften
12. Vergabe von Turnieren
13. Anträge
14. Verschiedenes

Anträge müssen bis vier Wochen vor der Versammlung schriftlich gestellt werden.

Köln

Bezirksjugendtag und Bezirksversammlung

Ort: Förderschule Rösrath, Paffrather Weg 11, 51503 Rösrath.

Tag: Mittwoch, 11. September 2013.

Zeit: 19:00 Uhr Bezirksjugendtag, ca. 20:00 Uhr Bezirksversammlung.

Anfahrt: A 3 Abfahrt Rösrath/Lohmar-Nord, Richtung Rösrath, in Rösrath der Beschilderung Forsbach/, Schul- und Sportzentrum Freiherr-vom-Stein-Str., am Schulzentrum vorbeifahren, die nächste Möglichkeit links in den Paffrather Weg. Der Eingang zur Schule befindet sich an der 3. Einfahrt.

Tagesordnung Bezirksjugendtag:

1. Eröffnung und Begrüßung
2. Wahl eines Protokollführers
3. Feststellung der Stimmberechtigung
4. Feststellung der Ordnungsmäßigkeit der Einberufung
5. Genehmigung der Tagesordnung
6. Genehmigung des Protokolls
7. Berichte der Jugendleitung
8. Aussprache zu den Berichten
9. Wahl eines Versammlungsleiters
10. Entlastung der Jugendleitung
- 11a. Wahl der Jugendleiterin
- 11b. Wahl der stellv. Jugendleiterin
12. Losen
13. Termine 2014 und Vergabe von Meisterschaften und Turnieren 2014
14. Beschlussfassung über vorliegende Anträge
15. Verschiedenes

Anträge müssen bis zum 14.8.2013 vorliegen: Karin Corsten, Meichenfeld 75, 52076 Aachen; Kai-Uwe Windeck, Swinemünder Str.22, 53119 Bonn

Tagesordnung Bezirksversammlung:

1. Eröffnung und Begrüßung
2. Wahl eines Protokollführers
3. Feststellung der Stimmberechtigung
4. Feststellung der Ordnungsmäßigkeit der Einberufung
5. Genehmigung der Tagesordnung
6. Genehmigung des Protokolls
7. Berichte der Bezirksfrauenwartin/des Bezirksfachwartes
8. Aussprache zu den Berichten
9. Wahl eines Versammlungsleiters
10. Entlastung der Bezirksfrauenwartin/des Bezirksfachwartes
- 11a. Wahl der Frauenwartin
- 11b. Wahl der stellv. Frauenwartin
12. Losen
13. Termine 2014 und Vergabe von Meisterschaften und Turnieren 2014
14. Beschlussfassung über vorliegende Anträge
15. Verschiedenes

Anträge müssen bis zum 14.8.2013 vorliegen: Brigitte Ingenhaag-Martens, Hockenbroicher Str. 41, 53881 Euskirchen; Rudi Loge, Am Urbacher Wall 25, 51145 Köln

24. Muttkrate-Turnier der männlichen und weiblichen Jugend U 12, U 15, Frauen U 18 und Männer U 18

Ausrichter: Jülicher Judoclub e.V.

Ort: Berliner Straße 8, Jülich (Achtung! Andere Halle als in den letzten Jahren).

Zeitplan: Samstag, 14. September 2013:

12:00 - 12:30 Uhr Waage Jugend U 12 weiblich

ca. 13:00 Uhr Kampfbeginn. 13:30 - 14:00 Uhr Waage Jugend U 15 weiblich. 15:30 - 16:00 Uhr Waage Frauen U 18. **Sonntag, 15. September 2013:** 10:00 - 10:30 Uhr Waage Jugend U 12 männlich. ca. 11:00 Uhr Kampfbeginn. 12:00 - 12:30 Uhr Waage Jugend U 15 männlich. 15:00 - 15:30 Uhr Waage Männer U 18.

Hinweis: In der Altersklasse U 15 werden bei Bedarf und nach Absprache mit der sportlichen Leitung die Gewichtsklassen -31 kg (U 15 w) und -30 kg (U 15 m) vorgeschaltet.

Meldungen: nur per E-Melder an kai-uwe_windeck@web.de. Bitte jeweils in Kopie auch an l.fuerst@juelicher-judoclub.de.

Meldegeld: 7,50 € je Teilnehmer, per Überweisung auf das Konto: Jülicher Judoclub e.V., Konto-Nr. 1200534962 bei der Sparkasse Düren, BLZ 395 501 10. Bitte angeben: Vereinsname, Anzahl Judokas. Den Überweisungsbeleg bitte am Veranstaltungstag vorlegen. Für verspätet eingehende Meldungen wird doppeltes Startgeld erhoben. Ummeldungen sind möglich. Meldung verpflichtet zur Zahlung des Meldegeldes.

Meldeschluss: 9.9.2013.

Ansprechperson des Ausrichters: Leander Fürst, Tel.: 0 24 61 / 5 29 62, am Wettkampftag 0 15 20 / 4 50 72 52, E-Mail: l.fuerst@juelicher-judoclub.de

Eingeladene Vereine: TK Grevenbroich, SG Judoteam Mönchengladbach, JC Aubel (B), Kgl. Judo & Ju-Jitsu Club Eupen (B), Royal Judo Club Kodokan Spadois (B), N.N.

Anfahrt: aus Richtung Düsseldorf: A 44 Ausfahrt Jülich-Ost, B 55 Richtung Jülich, nächste Abfahrt (Mersch/Jülich), am Stoppschild nach links bis zum Kreisverkehr, dort 1. Ausfahrt bis zum Stoppschild, hier links, nach 400 m rechts zum Schulzentrum;

aus Richtung Köln: A 4 bis Kreuz Kerpen, hier auf die A 61 Richtung Venlo, Abfahrt Bergheim/Jülich/B 55, auf der B 55 Richtung Jülich bleiben bis Abfahrt Mersch/Jülich (links), dann wie vor;

aus Richtung Aachen: A 44 Ausfahrt Jülich-West, am Kreisverkehr 3. Ausfahrt, Straße bis Jülich folgen, nach der Rur-Brücke links, auf der Hauptverkehrsstraße bleiben bis Ende Linnicher Straße, links zum Schulzentrum; oder im Internet unter www.juelicher-judoclub.de zur Seite „So findet man uns“

Eintritt: Erwachsene 2,00 €, Kinder ab 6 Jahre 1,00 €.

Münster

Bezirkseinzelturnier der Frauen U 18 und Männer U 18

Ausrichter: Judogemeinschaft Münster.

Datum: Samstag, 28. September 2013.

Ort: Dreifachhalle Münster-Hiltrup, Bodelschwinghstraße/Ecke Moränenstraße, 48165 Münster.

Zeitplan: 13:00 - 13:45 Uhr Waage Männer U 18. 14:30 - 15:00 Uhr Waage Frauen U 18.

Mattenzahl: 2-3.

Meldung: männlich: Thomas Schwemmer, E-Mail: SchwemmerT@aol.com; weiblich: Simone Liebetrau, E-Mail: simoneliebetrau@web.de

Meldegeld: 7,00 € je Kämpfer/in, zu zahlen an der Waage, keine Schecks. Die Meldung verpflichtet zur Zahlung. Nachmeldungen doppeltes Meldegeld.

Meldeschluss: 23.9.2013.

Anreise: A 43 Abfahrt Münster-Süd, Umgehungsstraße Richtung Preußen-Stadion (Hammer Straße), diese Straße weiter Richtung Hiltrup, hinter dem Krankenhaus die zweite

Straße links ab (Hummelbrink), über die Hohe Geest hinweg auf die Hülsebrockstraße, zweite rechts ab (Moränenstraße), die Halle befindet sich Ecke Bodelschwingstraße.
Eintritt: Kinder 6-17 Jahre 1,00 €, Erwachsene ab 18 Jahren 2,00 €.

Bezirksvereinsmannschaftsmeisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 15

Ausrichter: Judogemeinschaft Münster.
Datum: Sonntag, 29. September 2013.
Ort: Dreifachhalle Münster-Hiltrup, Bodelschwingstraße/Ecke Moränenstraße, 48165 Münster.
Zeitplan: 9:00 - 9:45 Uhr Waage Jugend U 15 männlich. 11:00 - 11:45 Uhr Waage Jugend U 15 weiblich.
Mattenzahl: 2-3.
Meldung: männlich: Thomas Schwemmer, E-Mail: SchwemmerT@aol.com; weiblich: Simone Liebetrau, E-Mail: simoneliebetrau@web.de
Meldegeld: 60,00 € je Mannschaft, zahlbar an der Waage, keine Schecks. Die Meldung verpflichtet zur Zahlung. Bei Nachmeldungen doppeltes Meldegeld.
Meldeschluss: 23.9.2013.
Anreise: siehe „Bezirkseinzeltourier der Frauen U 18 und Männer U 18“.
Eintritt: Kinder 6-17 Jahre 1,00 €, Erwachsene ab 18 Jahren 2,00 €.

ca. 2,5 km folgen, auf der rechten Seite Aral-Tankstelle und Hammer Baumarkt, nach ca. 2,5 km auf der linken Seite die Gaststätte „Zur Post“, direkt dahinter links ab, in Richtung Witzhelden (Witzheldener Straße), nach ca. 350 m nächste Straße (Hilgener Straße) wieder links, dann noch mal links in die Schulstraße, nach ca. 100 m links Max-Siebold-Halle und dahinter die Schulturnhalle

Kreisjugendtag und Kreisversammlung

Datum: Dienstag, 17. September 2013.
Zeit: 19:00 Uhr Kreisjugendtag, im Anschluss findet die Kreisversammlung statt.
Ort: Schulcafe der Förderschule Rösrath (zwischen Alt- und Neubau), Paffrather Weg 11, 51503 Rösrath.

Tagesordnung Kreisjugendtag:

1. Begrüßung
2. Genehmigung der Tagesordnung
3. Wahl eines Protokollführers
4. Feststellung der Stimmberechtigung
5. Genehmigung des Protokolls der letzten Versammlung
6. Bericht der Kreisjugendleitung
7. Aussprache zu den Berichten
8. Wahl eines/einer Versammlungsleiters/Versammlungsleiterin
9. Entlastung der Kreisjugendleitung
10. Wahl
 - a) einer Kreisjugendleiterin
 - b) einer stv. Kreisjugendleiterin
11. Anträge
12. Losen der Startnummern für das Sportjahr 2014
13. Vergabe von Meisterschaften und Turnieren für das Sportjahr 2014
14. Verschiedenes

Tagesordnung Kreisversammlung:

1. Begrüßung
2. Genehmigung der Tagesordnung
3. Wahl eines Protokollführers
4. Feststellung der Stimmberechtigung
5. Genehmigung des Protokolls der letzten Versammlung
6. Berichte
 - a) Kreisfachwart
 - b) Kreiskampfrichterreferent
7. Aussprache zu den Berichten
8. Wahl eines/einer Versammlungsleiters/Versammlungsleiterin
9. Entlastung des Kreisfachwartes
10. Wahl einer Kreisfrauenwartin
11. Anträge
12. Losen der Startnummern für das Sportjahr 2014
13. Vergabe von Meisterschaften und Turnieren für das Sportjahr 2014
14. Verschiedenes

Anträge, auch die auf Übernahme von Turnieren und Meisterschaften, müssen bis zum 20.8.2013 bei Paul Golba, Scharrenbroicher Str. 55, 51503 Rösrath eingegangen sein oder Stephanie Siebel, Amikaweg 22, 51109 Köln (für den Kreisjugendtag).

Bochum/Ennepe

Kreis-einzeltourier der männlichen und weiblichen Jugend U 9

Ausrichter: Budoka Höntrop e.V.
Tag: Sonntag, 14. Juli 2013.
Ort: Sporthalle der Kirchsule Höntrop, In der Hönnebecke 82, 44867 Bochum.
Zeit: 10:30 - 11:15 Uhr Waage.
Mattenzahl: 2.
Startberechtigung: Jahrgänge 2005 und 2006.
Gewichtsklassen: gewichtsnaher Pools.
Hinweis: In der U 9 dürfen Mädchen gegen Jungen und umgekehrt gegeneinander kämpfen.
Meldung: männlich und weiblich an Martin Rogausch, Zum Kämpchen 53, 44807 Bochum, mobil: 01 72 / 3 12 05 52, E-Mail: martin.rogausch@gmx.de. Die Meldung muss unbedingt folgende Angaben enthalten: Name, Vorname, Verein, Jahrgang und Kyu-Grad. Hilfreich wäre eine Meldung der Daten in einer Excel-Datei. Eine Meldung über E-Melder ist ausnahmsweise nicht möglich.
Meldegeld: 7,50 € je Teilnehmer/in, bis zum Meldeschluss auf das Konto des Budoka Höntrop e.V., Kontonummer: 286709700, BLZ 430 630 29, Volksbank Witten. Die Meldung verpflichtet zur Zahlung des Meldegeldes. Bei Nachmeldungen und verspätet eingehenden Meldungen ist doppeltes Meldegeld an der Waage bar zu zahlen. Eine Scheckzahlung ist nicht möglich.
Meldeschluss: 9.7.2013 (Eingang).
Ansprechpartner des Ausrichters: Eva Strack, Op de Veih 68, 44869 Bochum, Tel.: 0 23 27 / 7 35 00, E-Mail: eva.strack@budoka-hoentrop.de
Wegbeschreibung: A 40 Ausfahrt 30 Bochum-Wattenscheid, Richtung Bahnhofstraße, rechts auf die Bahnhofstraße, weiter auf die Ridderstraße, rechts auf die Westfelder Straße, rechts „In der Hönnebecke“

Bonn

Kreisjugendtag und Kreisversammlung

Ort: Dojo TV Eiche 02 Bad Honnef, Berck-sur-Mer-Str. 1.
Tag: Mittwoch, 18. September 2013.
Zeit: 19:00 Uhr Kreisjugendtag, ca. 20:00 Uhr Kreisversammlung.
Anfahrt: BAB 59 Richtung Königswinter/Koblenz, wird B 42, Ausfahrt Bad Honnef, rechts, auf der Brücke rechts Menzenberger Straße, nach ca. 500 m rechts - Linzer Straße (links liegt der Friedhof), nach ca. 900 m rechts - Bercksur-Mer-Straße (Einkaufszentrum), das 3. Tor links (HEM-Tankstelle), auf HIT-Parkplatz, Eingang Dojo (1. Etage), zwischen Apotheke und Bäckerei

Tagesordnung Kreisjugendtag:

1. Eröffnung und Begrüßung
2. Wahl eines Protokollführers
3. Feststellung der Stimmberechtigung
4. Feststellung der Ordnungsmäßigkeit der Einberufung
5. Genehmigung der Tagesordnung
6. Genehmigung des Protokolls
7. Berichte der Jugendleitung
8. Aussprache zu den Berichten
9. Wahl eines Versammlungsleiters
10. Entlastung der Jugendleitung
- 11a. Wahl der Jugendleiterin

KREISE

Bergisch Land

Pokalturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 12, U 15, Frauen U 18, Männer U 18, Frauen und Männer für die Kreise Bergisch Land und Wuppertal

Ausrichter: Judoabteilung der Burscheider Turngemeinde 1867 e.V.
Datum: Sonntag, 14. Juli 2013
Ort: Max-Siebold-Sporthalle, Schulstraße, 51399 Burscheid-Hilgen
Zeitplan: 9:00 - 9:30 Uhr Waage Jugend U 12 männlich. 11:00 - 11:30 Uhr Waage Jugend U 12 weiblich und U 15 weiblich. 12:30 - 13:00 Uhr Waage Jugend U 15 männlich. 14:30 - 15:00 Uhr Waage Frauen U 18 und Männer U 18. 14:30 - 15:00 Uhr Waage Frauen und Männer.
Matten: 3-4.
Meldung: bis 8.7.2013 (Eingang) per E-Melder an Stephanie Siebel, E-Mail: stephanie.siebel@web.de. Eine unvollständige Meldung wird als Nachmeldung behandelt. Die Meldung verpflichtet zur Zahlung des Meldegeldes.
Meldegeld: 7,00 € pro Teilnehmer, zu zahlen in bar. Nachmeldung doppeltes Meldegeld.
Kontaktadresse des Ausrichters: Selvet Keles, Tannenweg 1B, 51399 Burscheid, mobil: 01 62 / 1 34 43 37, E-Mail: selvet.keles@googlemail.com
Wegbeschreibung: Ausfahrt Burscheid, dann links auf die B 51 in Richtung Hilgen, der B 51

- 11b. Wahl der stellv. Jugendleiterin
- 12. Losen
- 13. Termine 2014 und Vergabe von Meisterschaften und Turnieren 2014
- 14. Beschlussfassung über vorliegende Anträge
- 15. Verschiedenes

Anträge müssen bis zum 21.8.2013 vorliegen:
Kai-Uwe Windeck, Swinemünder Str.22, 53119 Bonn

Tagesordnung Kreisversammlung:

- 1. Eröffnung und Begrüßung
- 2. Wahl eines Protokollführers
- 3. Feststellung der Stimmberechtigung
- 4. Feststellung der Ordnungsmäßigkeit der Einberufung
- 5. Genehmigung der Tagesordnung
- 6. Genehmigung des Protokolls
- 7. Berichte der Kreisfrauenwartin/des Kreisfachwartes
- 8. Aussprache zu den Berichten
- 9. Wahl eines Versammlungsleiters
- 10. Entlastung der Kreisfrauenwartin/des Kreisfachwartes
- 11a. Wahl der Frauenwartin
- 11b. Wahl der stellv. Frauenwartin
- 12. Losen
- 13. Termine 2014 und Vergabe von Meisterschaften und Turnieren 2014
- 14. Beschlussfassung über vorliegende Anträge
- 15. Verschiedenes

Anträge müssen bis zum 21.8.2013 vorliegen:
Klaus Kirste, Zerresweg 68, 53913 Swisttal

Wuppertal

Pokalturnier für die Kreise Bergisch Land und Wuppertal

- siehe Kreis Bergisch Land -

QUALIFIZIERUNG

Trainer C-Grundausbildung C - LG 22/13

Ort: Duisburg (Übernachtung/Verpflegung: Sportschule Wedau)
Termin: 14./15. September und 28./29. September 2013.
Zeit: Anreise: Samstags bis 10:00 Uhr. Abreise: Sonntags gegen 15:00 Uhr.
Inhalte: Vermittlung sportartübergreifender und judospezifischer Grundlagen in der Trainerausbildung: u. a. didaktische und methodische Grundprinzipien, Haltung und Bewegung, Wurfprinzipien, judospezifische Situationen und Lösungsmöglichkeiten.
Referenten: Karsten Flormann, Frank-Michael Günther, Christina Hoepfner und Christoph Paris.
Zielgruppe: Judokas, die sich zum Trainer C Breitensport ausbilden lassen möchten.
Umfang: 30 LE.
Voraussetzungen: Mindestalter: 16 Jahre, 2. Kyu, gültiger Judo-Pass, Anmeldung über den Verein.
Kosten: 150,00 €.
Anmeldung: mit dem Anmeldeschein für Lehrgänge möglichst umgehend, bis spätestens 13.8.2013 an den NWJV, Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24.

Trainerassistentenausbildung B - LG 26/13

Ort: Hennef (Übernachtung/Verpflegung: Sportschule Hennef).
Termin: 21. bis 24. Oktober 2013.
Zeit: Anreise: 21.10. bis 9:30 Uhr. Abreise: 24.10. gegen 11:30 Uhr.
Inhalte: Grundkenntnisse des Unterrichtens und der sportpraktischen Vereinsarbeit: u. a. Planung und Durchführung von Stunden, Vermittlung von Inhalten, Wurf- und Bodenprinzipien, Grundlagen von Haltung Bewegung.
Referenten: Yamina Bouchibane, Jennifer Goldschmidt, Karsten Labahn und Stefan Oldenburg.
Zielgruppe: Jugendliche Judokas, die als Helfer im Trainingsbetrieb eingesetzt werden (sollen) und an einer (späteren) Trainer Tätigkeit interessiert sind
Umfang: 30 LE.
Voraussetzungen: 14 bis höchstens 17 Jahre, Mindestgraduierung 4. Kyu (orange-grüner Gürtel), Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten.
Kosten: 130,00 €.
Anmeldung: mit dem Anmeldeschein für Lehrgänge möglichst umgehend, bis spätestens 18.9.2013 an den NWJV, Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24.

Trainer C-Lizenzverlängerung Leistungs-/Breitensport - LG 09/13

Ort: Paderborn.
Datum: Sonntag, 15. September 2013.
Zeit: 10:00 - 19:00 Uhr.
Inhalte: Ausgewählte Spiel- und Übungsformen für das Training mit erwachsenen und älteren

Anmeldeschein für Lehrgang Nr. _____ / 2013

Name: Vorname:

Straße: PLZ/Wohnort:

Tel.-Nr. pr.: d.: Verein:

Ich besitze folgende Lizenz (falls vorhanden): E-Mail:

Die Teilnehmergebühr bezahle ich per Bankeinzug - bitte abbuchen von

Konto-Nr.:

BLZ:

Bankinstitut:

Kontoinhaber:

Lehrgangsanmeldungen ohne Vereinsstempel können nicht angenommen werden!

Die jeweils gültigen Ordnungen werden mit Abgabe der Lehrgangsanmeldung anerkannt. Mir/uns ist bekannt, dass ein Rücktritt von der Lehrgangsanmeldung bei Tageslehrgängen nur bis 14 Tage vor Lehrgangsbeginn möglich ist. Ansonsten besteht kein Anspruch auf Rückerstattung der Lehrgangsgebühren. Beim Rücktritt von der Anmeldung bei mehrtägigen Lehrgängen gehen die Ausfall- bzw. Bearbeitungsgebühren, die seitens der Sportschule erhoben werden, komplett zu Lasten der angemeldeten Person.

.....
Datum / Unterschrift (bei Minderjährigen der/s Erziehungsberechtigten)

.....
Stempel und Unterschrift des Vereins

Judokas, Rhythmisierung von Judotechniken, Judo-Circuit, Entspannungsformen.

Referenten: Claire Bazynski und Ulla Ließmann.

Zielgruppe: Lizenzierte Trainer C sowie sonstige interessierte Judokas mit Vorkenntnissen.
Umfang: 10 LE.

Voraussetzungen: Trainer C-Lizenz bzw. ausreichend Vorkenntnisse (3. Kyu), gültiger Judo-Pass, schriftliche Anmeldung über den Verein.

Kosten: 30,00 €.

Anmeldung: mit dem Anmeldeschein für Lehrgänge bis spätestens 2.9.2013 an den NWJV, Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24.

Trainer C-Lizenzverlängerung Leistungs-/Breitensport - LG 10/13

Ort: Hagen-Hohenlimburg.

Datum: Samstag, 28. September 2013.

Zeit: 14:00 - 18:30 Uhr.

Inhalte: Vom Neulernen einer Technik bis zur variablen Verfügbarkeit anhand ausgewählter Beispiele aus der Judo-Praxis.

Referenten: Walter Trapp.

Zielgruppe: Lizenzierte Trainer C sowie sonstige interessierte Judokas.

Umfang: 5 LE.

Voraussetzungen: Trainer C-Lizenz bzw. ausreichend Vorkenntnisse (2. Kyu), gültiger Judo-Pass, schriftliche Anmeldung über den Verein.

Kosten: 20,00 €.

Anmeldung: mit dem Anmeldeschein für Lehrgänge bis spätestens 16.9.2013 an den NWJV, Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24.

Kreative Ideen für das Judotraining mit Kindern und Jugendlichen - LG 56/13

Ort: Essen.

Datum: Samstag, 14. September 2013.

Zeit: 10:00 - 16:30 Uhr.

Inhalte: Kreative Ideen für das Judotraining mit Kindern und Jugendlichen - Ziele, Inhalte und Tipps für die Praxis.

Referenten: Wolfgang Ehnés und Ralf-Hermin Schäfer.

Zielgruppe: Trainer C-Lizenzinhaber sowie sonstige interessierte Judokas ohne Lizenz.

Umfang: 7,5 LE.

Voraussetzungen: Judokas mit Vorkenntnissen, gültiger Judo-Pass, schriftliche Anmeldung über den Verein.

Kosten: 25,00 €.

Anmeldung: mit dem Anmeldeschein für Lehrgänge bis spätestens 2.9.2013 an den NWJV, Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24.

bis zum 11.8.2013. Hierbei ist anzugeben, ob mit oder ohne Essen.

Der Lehrgang wird mit 5 UE für die Trainer C-Lizenzverlängerung angerechnet.

Wegbeschreibung: aus allen Richtungen A 52 (B 224) Abfahrt Marl-Zentrum, Richtung Zentrum, nach ca. 1000 m an der Polizeiwache rechts in die Hagenstraße (5. Ampel). Die Halle liegt nach ca. 200 m auf der linken Seite.

Kreis Bonn

Vorbereitungslehrgang und Prüfung zum 1. und 2. Kyu

Termine/Zeit: Samstag, 28. September 2013, 14:00 - 18:00 Uhr. Sonntag, 29. September 2013, 10:00 - 15:00 Uhr.

Ort: Turnhalle des Collegium Josephinum, Kölnstr. 413, 53117 Bonn.

Teilnehmer: Prüfungsanwärter und Interessierte.

Referenten: Roman Jäger, 5. Dan, und Paul Mischur, 5. Dan.

Kosten: je Teilnehmer 10,00 € zuzüglich Prüfungsgebühr.

Mitzubringen: Judogi (weiß!), Badeslipper, gültiger Judo-Pass, Genehmigung des Vereins, Schreibzeug, eigene Verpflegung.

Anmeldung: per E-Mail bis zum 14.9.2013 an kdv-bonn@web.de unter Angabe von Name, Vorname, Geburtsdatum, Anschrift mit E-Mail, Verein und Kreis, Judopassnummer.

Prüfung zum 1. Kyu

Termin: Sonntag, 29. September 2013.

Zeit: 13:00 - 15:00* Uhr (*voraussichtliches Ende der Veranstaltung).

Ort: Turnhalle des Collegium Josephinum, Kölnstr. 413, 53117 Bonn.

Teilnehmer: Prüfungsanwärter.

Referenten: Roman Jäger, 5. Dan, und Paul Mischur, 5. Dan.

Kosten: 10,00 €.

Mitzubringen: Judogi (weiß!), Badeslipper, gültiger Judo-Pass, Genehmigung des Vereins, Schreibzeug, eigene Verpflegung. Empfohlen wird die Teilnahme an einem Vorbereitungslehrgang.

Anmeldung: per E-Mail bis zum 14.9.2013 an kdv-bonn@web.de unter Angabe von Name, Vorname, Geburtsdatum, Anschrift mit E-Mail, Verein und Kreis, Judopassnummer.

NWDK

Kata-Seminar mit Shiro Yamamoto Sensei

Dem NWJV/NWDK ist es auch in diesem Jahr möglich, für ein Kata-Seminar den japanischen Meister Shiro Yamamoto (9. Dan) einzuladen. Es ist vorgesehen, die Koshiki-no-kata und Itsutsu-no-kata zu lernen/erarbeiten. Bei Bedarf kann auch auf andere Kata „eingegangen“ werden, wenn der zeitliche Rahmen es erlaubt.

Datum: 17. und 18. August 2013.

Zeit: an beiden Tagen jeweils 10:00 - 12:30 und 14:30 - 17:00 Uhr.

Ort: Rundsporthalle Marl, Hagenstr. 28, 45768 Marl.

LG-Kosten: keine.

An beiden Tagen wird ein gutes Mittagessen zum Preis von 8,50 € angeboten (Vorspeise, Hauptgericht und Nachtisch).

Anmeldung: an Karl-Heinz Bartsch, Beim Gansacker 12, 47259 Duisburg, Tel.: 02 03 / 9 35 75 36, Fax: 02 03 / 9 35 75 34, E-Mail: karubachi@gmx.de. Verbindliche Anmeldung

Die Teilnahme richtet sich nach den jeweils gültigen Ordnungen.

Mit der Meldung zu einer Veranstaltung erklären sich die Teilnehmer mit der elektronischen Speicherung ihrer Daten und deren Veröffentlichung in Aushängen, im Internet und in sonstigen Publikationen des DJB sowie dessen Untergliederungen einverstanden. Gleiches gilt für Bilddokumentationen.



www.phoenix-budo.de

Ihr zuverlässiger Partner für Händler und Vereins-Sammelbesteller

Aus unserem Judo-Programm:

MATSURU-Wettkampfanzüge
Agglorex-Judomatten
IJF zugelassen



PHOENIX Budo Sport
Westkirchener Str. 90
59320 Ennigerloh
Fon 0 25 24 / 267 92 80
info@phoenix-budo.de



1. Dan-Vorbereitungslehrgang

Veranstalter/Ausrichter: Goshin-Jitsu Verband NRW e.V.

Leitung: Günter Tebbe.

Referent: Peter Kloiber, 7. Dan Goshin Jitsu.

Termin: Samstag, 7. September 2013 und Sonntag, 8. September 2013.

Zeit: jeweils um 10:00 Uhr.

Ort: Rochusstr. 145, Köln-Bickendorf.

Anreise: AB 1 Abfahrt Köln-Bocklemünd, die Venloerstraße stadteinwärts fahren bis zur Äußeren Kanalstraße, da links und an der nächsten Kreuzung links in die Subbelratherstraße, im Kreisverkehr rechts in die Rochusstraße. Achtung, rechts vor links; hinter der Kirche auf den Parkplatz fahren.

Jubiläumslehrgang

Veranstalter/Ausrichter: Goshin-Jitsu Verband NRW e.V.

Leitung: Günter Tebbe.

Referent: Thomas Hampf, 2. Dan IMAF.

Datum: Samstag, 21. September 2013.

Zeit: 14:00 Uhr.

Ort: Turnhallen Tollerstraße, Görlinger Zentrum.
Anreise: A 1 bis Abfahrt Bocklemünd, dann auf die Venloerstraße Richtung Köln-Mitte auffahren, diese ca. 1,5 km bis zum Militärring fahren, auf den Militärring links auffahren bis zur zweiten Ampelkreuzung, links in den Buschweg, Vorsicht abknickende Vorfahrtstraße, danach links in den Schumacherring bis zur Kurve, in der Kurve geradeaus. Bitte Parkplätze benutzen.

Achtung!

Außer bei Landeslehrgängen ist bei allen anderen Maßnahmen eine schriftliche Anmeldung erforderlich. Bitte Terminankündigung für 2013 auf unserer Webseite beachten. Die Adresse der Geschäftsstelle:

Goshin-Jitsu Verband NRW e.V.
Lohse Straße 3
50733 Köln



Landeslehrgang Technik

Verlängerung 5 UE Trainer C

Veranstalter: NWJJV e.V.

Ausrichter: PSV Wuppertal.

Thema: Gegen- und Weiterführungstechniken.

Datum: Samstag, 20. Juli 2013.

Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.

Ort: Sporthalle PAI Wuppertal, ehem. Bereitschaftspolizei, Buschland.

Leitung: Reinhard Ogradnik, 7. Dan.

Kosten: 10,00 €.

Landeslehrgang Jugend

Veranstalter: NWJJV e.V.

Ausrichter: JSC Soest.

Thema: Atemtechniken.

Datum: Sonntag, 8. September 2013.

Zeit: 11:00 - 14:00 Uhr.

Ort: Paradieser Weg 20, 59494 Soest.

Leitung: Volker Haupt, 6. Dan.

Kosten: 3,00 / 5,00 / 10,00 €.

Landeslehrgang Technik

Veranstalter: NWJJV e.V.

Ausrichter: PTSV Aachen.

Thema: Sicherungstechniken im Ju-Jitsu.

Datum: Samstag, 14. September 2013.

Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.

Ort: Eulersweg 15, 52074 Aachen.

Referent: Gerd Kandora.

Kosten: 10,00 €.

Landeslehrgang Technik

Verlängerung 5 UE Trainer C

Veranstalter: NWJJV e.V.

Ausrichter: JC Eitorf.

Thema: Bitte Homepage des NWJJV e.V. beachten.

Datum: Samstag, 7. September 2013.

Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.

Ort: Am Eichelkamp 10, 53783 Eitorf.

Referent: Dieter Knüttel, 8. Dan, Bundestrainer des DAV.

Kosten: 15,00 €.

Vermerk: 2 Stöcke (ca. 65 cm - 70 cm) und ein Trainingsmesser werden benötigt.

Verlängerung der Lehrbefähigung - 5 UE

Veranstalter: NWJJV e.V.

Ausrichter: TV Eichen

Datum: Sonntag, 8. September 2013.

Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr.

Ort: 3-fach Sporthalle Stadion Stählerwiese, 57223 Kreuztal.

Referent: Wolfgang Kroel, 7. Dan, Lehrwart des NWJJV e.V.

Kosten: 10,00 €.

Anmeldung: 14 Tage vorher bei der Geschäftsstelle des NWJJV e.V.

Vermerk: Nächste Verlängerung 5 UE in 2014.

Teilnahme nur für Sportler, deren Lehrbefähigung an diesem Tage noch Gültigkeit hat. Ansonsten Verlängerung 15 UE am 5./6.10.2013 in Soest.

Datenschutz

Der Nordrhein-Westfälische Ju-Jitsu Verband e.V. (NWJJV e.V.) veröffentlicht Ausschreibungen, Ergebnislisten und Berichte, sowohl auf seiner Homepage als auch in Fachzeitschriften.

Der Teilnehmer an Veranstaltungen des NWJJV e.V. erklärt sich mit der Erhebung, Verarbeitung und Nutzung seiner personenbezogenen Daten ausdrücklich einverstanden. Das Einverständnis der Personensorgberechtigten des Teilnehmers wird vorausgesetzt.

Der NWJJV e.V. verpflichtet sich, die erhobenen Daten, unter Beachtung des Bundesdatenschutzgesetzes, nur zur Erfüllung der eigenen Geschäftszwecke und satzungsgemäßen Aufgaben zu verwenden. Der Teilnehmer bzw. dessen Personensorgberechtigten erklären sich im Weiteren damit einverstanden, dass Namen, Vereins- und Verbandszugehörigkeit, sowie Graduierungen, Sportlizenzen, Platzierungen, Geschlecht, Gewichts- und Altersklassen veröffentlicht werden können. Gleiches gilt für Bilddokumentationen.

Kaderlehrgang

5 UE Trainer-C Leistungssport

Veranstalter: NWJJV e.V.

Ausrichter: SU Witten-Annen.

Thema: Duo und Fighting.

Datum: Samstag, 7. September 2013.

Zeit: 13:00 - 19:00 Uhr.

Ort: Kälberweg 2 (Sport-Union Witten-Annen), 58453 Witten.

Leitung: Ralf Pollnow, Referent Leistungssport.

Kosten: ab 18 Jahre 10,00 €, unter 18 Jahre 5,00 €.

Landeslehrgang Jugend

Veranstalter: NWJJV e.V.

Ausrichter: PTSV Aachen.

Thema: Hex hex ich zaubere meine Kombination herbei.

Datum: Samstag, 14. September 2013.

Zeit: 10:00 - 13:00 Uhr.

Ort: Eulersweg 15, 52074 Aachen.

Leitung: Volker Haupt, 6. Dan.

Kosten: 3,00 / 5,00 / 10,00 €.

Landeslehrgang Technik Ü45

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: HAT Hilden.
Thema: Prüfungsvorbereitung Ü45.
Datum: Sonntag, 15. September 2013.
Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr.
Ort: Am Hölterhöfchen 22, 40724 Hilden.
Referenten: Dieter Call, 8. Dan, Robert Prümm 8. Dan.
Kosten: 10,00 €.

Fortbildung Jugend

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: TV Littfeld.
Thema: Fortbildung für Kinder- und Jugendtrainer.
Datum: Sonntag, 15. September 2013.
Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr.
Ort: Turnhalle der Grundschule, 57223 Kreuztal-Littfeld.
Referent: Wolfgang Kroel, 7. Dan, Lehrwart des NWJJV e.V.
Kosten: 10,00 €.

Landeslehrgang Technik

Verlängerung 5 UE Trainer C
Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: TV Littfeld.
Thema: Abwehr von Stock- und Messerangriffen.
Datum: Samstag, 21. September 2013.
Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.
Ort: Turnhalle der Grundschule, 57223 Kreuztal-Littfeld.
Referent: Wolfgang Kroel, 7. Dan, Lehrwart des NWJV e.V.
Kosten: 10,00 €.

Landeslehrgang Technik Bezirk Mönchengladbach

Verlängerung 5 UE Trainer C
Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: JJJC Nettetal
Thema: Realistische SV mit und ohne Hilfsmittel.
Datum: Samstag, 21. September 2013.
Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.
Ort: Blumenallee, 41334 Nettetal.
Referent: Brian Smith, 3. Dan.
Kosten: 10,00 €.

Landeslehrgang Technik Bezirk Arnsberg

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: BC Olfen.
Thema: Prüfungsthemen.
Datum: Sonntag, 22. September 2013.
Zeit: 11:00 - 15:00 Uhr.
Ort: Geestturnhalle, Von-Vincke-Str. 1, 59399 Olfen.
Referent: Ralf Krämer, 4. Dan, Bezirksvertreter.
Kosten: 10,00 €.

Landeslehrgang Technik

Verlängerung 5 UE Trainer C
Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: JK Hagen.
Thema: Wurftechniken.
Datum: Samstag, 28. September 2013.
Zeit: 15:00 - 19:00 Uhr.
Ort: Heinitzstr. 12, 58097 Hagen.
Referent: Klaus Abel, 4. Dan.
Kosten: 10,00 €.

Kursleiter-Fortbildung Frauen SV/SB

Verlängerung 4 UE
Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: Dokan Hagen.
Datum: Samstag, 28. September 2013.
Zeit: 11:00 - 14:00 Uhr.
Ort: Carl-Diem-Straße, 58091 Hagen.
Referent: Thomas Stommel, 4. Dan, Referent Frauen SV/SB.
Kosten: 10,00 €.

Landeslehrgang Technik Bezirk Siegen

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: JV Siegerland.
Thema: Prüfungsrelevante Themen.
Datum: Sonntag, 29. September 2013.
Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr.
Ort: Sieghütter Hauptweg, 57072 Siegen.
Referent: Frank Zimmermann, 2. Dan, Bezirksvertreter.
Kosten: 10,00 €.

Lehreinweisung 2

Lehrgang für Neuerteilung und Verlängerung 15 UE bei abgelaufener Lizenz
Meldung: schriftlich bis spätestens vier Wochen vorher an die Geschäftsstelle des NWJJV.
Veranstalter: NWJJV.
Ausrichter: SSC Soest.
Termine/Zeit: Samstag, 5. Oktober 2013, 10:00 - 18:00 Uhr Seminarraum. Sonntag, 6. Oktober 2013, 10:00 - 14:00 Uhr Dojo. Prüfung am 20. Oktober 2013, ab 10:00 Uhr.
Ort: Seminarraum und Dojo des JSC Soest, Paradieser Weg 20, 59494 Soest.
Referent: Wolfgang Kroel, 7. Dan, Lehrwart NRW.
Kosten: 25,00 €.
Vermerk: Die Lehreinweisung hat nach Erwerb eine Gültigkeit von zwei Jahren und kann innerhalb dieser Zeit mit einem speziell hierfür ausgeschriebenem Lehrgang (5 UE) verlängert werden. Sind die zwei Jahre jedoch abgelaufen, muss die Lehreinweisung mit 15 UE verlängert werden. Eine Prüfung wird nicht abverlangt.

Dan-Vorbereitung 5

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: PTSV Aachen
Datum: Samstag, 5. Oktober 2013.
Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.
Ort: Eulersweg 15, 52074 Aachen.
Referenten: Mitglieder des Prüfergremiums.
Kosten: 10,00 €.
Vermerk: Die Lehrgangsgebühr wird zum Veranstaltungsbeginn in bar entrichtet. Bitte nach Möglichkeit abgezähltes Geld mitbringen.
Meldung: Anmeldeformular (siehe NWJJV-Homepage/Downloads) spätestens drei Wochen vor Lehrgang an den Prüfungsreferenten senden.
Bitte Übungswaffen, Schutzausrüstung und Schlagpolster mitbringen.

In eigener Sache!

Die Adressen der jeweiligen Dojos finden sich auf der Homepage des NWJJV e.V. unter der Rubrik Downloads. Sollte die entsprechende Adresse hier nicht hinterlegt sein - bitte ich, zwecks Ergänzung, um schnellstmögliche Mitteilung des jeweiligen Vereinsvertreterers per E-Mail an: Wolfgang Kroel / lehrwesen@nwjjv.eu

Vereinsangebot

Wochenendfreizeiten für Vereine empfiehlt der NWJJV in der Sportschule/Feriendorf Hinsbeck. Die Einrichtung des LSB befindet sich in Nähe der holländischen Grenze (Venlo). Für Vereine des NWJJV steht dort eine Matenfläche von 100 Quadratmetern kostenlos zur Verfügung. Turnhalle und Hallenbad sind vorhanden. Infos über die Geschäftsstelle des NWJJV oder beim Feriendorf Hinsbeck unter Tel.: 0 21 53 / 9 15 80.

Die nächste Ausgabe des „budoka“
(September 2013)
erscheint Anfang September 2013.

*Die Redaktion wünscht eine
erholungsreiche Urlaubszeit!*

Das Judoevent des Jahres

JUDO FESTIVAL

**Komm vom 3.–6.10.2013 nach Köln*
und feiere mit vielen Judostars!**

* (Guts-Muths-Weg 1, 50933 Köln-Junkersdorf)

Workshops

Kata

Wettkämpfe

Gala mit
Länderkampf

60 JAHRE
„JUDO FÜR
GENERATIONEN“



DJB
DEUTSCHER JUDO-BUND e.V.

Kyu Prüfung

Randori

Technik

Fortbildung

Anmeldung unter:
www.festival.judobund.de



Werde Mitglied
der Gruppe
Judo Festival