

Der

# Budoka

K 10339

November 2022  
4,80 €



Dachverband für Budotechniken  
Nordrhein-Westfalen e.V.

Das Verbandsmagazin des Dachverbandes für Budotechniken Nordrhein-Westfalen e.V.



**Titelthema:**  
**Judo-WM**  
**in**  
**Taschkent**  
Seite 6

## SEITE 10

Judo:  
Deutsche Meisterschaften U18 / U21

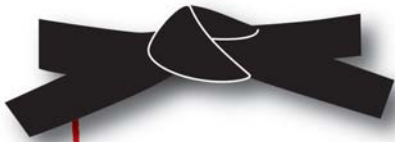
## SEITE 36

Ju Jitsu:  
Bereit für die German Open

## SEITE 42

Wushu:  
Deutsche Meisterschaften in Spandau





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

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

Geschäftsstelle, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg  
**Hausanschrift:** Friedrich-Alfred-Allee 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

### **GOSHIN-JITSU**

#### **Goshin-Jitsu Verband Nordrhein-Westfalen e.V.**

Geschäftsstelle  
Günter Tebbe  
Untere Mühle 17  
50354 Hürth  
Tel.: 02233 9795616  
Fax: 02233 7929470  
Mobil: 0178 2570650  
E-Mail: hg-tebbe@t-online.de  
Internet: www.goshin-jitsu.de

### **HAPKIDO**

#### **Nordrhein-Westfälischer Hapkido-Verband e.V.**

Geschäftsstelle  
Olaf Müller  
Am Sportplatz 3  
59192 Bergkamen  
Mobil: 0174 9212087  
E-Mail:  
vorstand@hapkido-nrw.de  
Internet: www.hapkido-nrw.de

### **TAEKWONDO**

#### **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: wilfried-peters@web.de  
Internet: www.nwtdv.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  
Internet: www.jju-nw.de

### **JUDO**

#### **Nordrhein-Westfälischer Judo-Verband e.V.**

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

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

Sven Heinrich  
Hofrichterstr. 11  
51067 Köln  
Tel.: 0221 693874  
Fax: 0221 693874  
E-Mail: vorstand@itf-nw.de  
Internet: www.ITF-NW.de

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

Geschäftsstelle  
Josef Djakovic  
Bertha-von-Suttner-Str. 34  
45481 Mülheim an der Ruhr  
Tel.: 0208 488090  
E-Mail: josef.djakovic@djjb.de  
Internet: www.djjb.de

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

Geschäftsstelle  
Manfred Thull  
Postfach 20 03 01  
40101 Düsseldorf  
Mobil: 0171 3493090  
E-Mail: geschaeftsstelle@dfjj.de  
Internet: www.dfjj.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: nwjv@netcologne.de  
Internet: www.ju-jutsu-nwjv.de

### **KENDO**

#### **Nordrhein-Westfälischer Kendo-Verband e.V.**

Dr. Sigrun Caspary  
Friedrich-Ebert-Str. 4  
58453 Witten  
Tel.: 02302 189686  
E-Mail: vorstand@nrwkendo.de  
Internet: www.nrwkendo.de

### **WUSHU**

#### **Wushu Verband Nordrhein-Westfalen e.V.**

Roland Czerni  
Am Utforter Graben 38  
47445 Moers  
Tel.: 02841 44878  
Fax: 02841 44878  
E-Mail: wwnw@arcor.de  
Internet: www.wushu-nrw.de

### **MUAY THAI**

#### **Muay Thai-Bund Nordrhein-Westfalen e.V.**

Dr. Daniel Zerbin  
Bonhoeffering 35  
46286 Dorsten  
Mobil: 0157 31599090  
E-Mail: info@muaythai-bund.nrw  
Internet: www.muaythai-bund.nrw

# Bundesweite Umfrage verdeutlicht herausfordernde Lage der Sportvereine

Der organisierte Sport in Deutschland trägt als größte Bürgerbewegung des Landes mit seinen rund 87.000 Sportvereinen in erheblichem Maße zum gesellschaftlichen Zusammenhalt und zur Gesundheit der Bevölkerung bei. Insbesondere nach zwei schwierigen, coronageprägten Jahren, kehren die Menschen wieder vermehrt in die Vereine zurück. Umso bedenklicher sind die Ergebnisse der bundesweiten Umfrage des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) und der 16 Landessportbünde (LSB) zur Lage der Vereine in der Energiekrise, an der sich bis zum 23. Oktober 5.696 Sportvereine aus allen Bundesländern beteiligt haben.

Die Umfrage, die vom Institut für Sportstättenentwicklung (ISE) durchgeführt wurde, zeigt, dass mehr als 40 Prozent der Vereine starke Auswirkungen durch die Energiekrise erwarten. Dazu gehören u.a. Einschränkung des Trainingsbetriebs, Schließungen einzelner Abteilungen oder Mitgliederrückgänge. Rund sechs Prozent der befragten Vereine fürchten sogar eine akute Existenzbedrohung, also die Auflösung des Vereins. Zum Vergleich: Rückblickend auf die Corona-Pandemie gaben lediglich 26 Prozent der Vereine in der aktuellen Umfrage an, dass sie starken Auswirkungen ausgesetzt waren, knapp 2 Prozent gaben an, dass sie existenzbedroht gewesen seien.

DOSB-Präsident Thomas Weikert zeigt sich in Anbetracht dieser Ergebnisse besorgt um die Sportvereinslandschaft: „Die Sportvereine in Deutschland sind stark und haben nicht zuletzt während der Pandemie ein enormes Durchhaltevermögen bewiesen. Aber die Reserven sind so gut wie aufgebraucht und spätestens mit den zu erwartenden, deutlich erhöhten Abschlagszahlungen stehen insbesondere die vielen tausend Vereine mit eigenen Sportanlagen vor teilweise existenzbedrohenden finanziellen Belastungen. ...“

Damit die Sportvereine gut durch den Winter kommen, braucht es so schnell wie möglich Hilfe aus der Politik, von Bund und Ländern. Wir gehen davon aus, dass die Sportvereine durch die vorgeschlagenen Maßnahmen der Gaspreiskommission entlastet werden. Zudem sollten sie für den ebenfalls diskutierten Härtefallfonds antragsberechtigt sein. ...“

Michaela Röhrbein, DOSB-Vorständin Sportentwicklung, sieht auch langfristig Handlungsbedarf: „Laut Umfrage heizen mehr als 50 Prozent der Vereine mit eigener Sportanlage mit Erdgas. Viele Jahre wurde diese Energieform vom Staat gefördert, ist seit der Energiekrise aber nicht mehr tragbar. Spätestens jetzt dürfen die Vereine nicht mehr allein gelassen werden und brauchen Unterstützung bei der Umstellung auf erneuerbare Energien. Die Sportstätten in Deutschland sind zudem dringend sanierungsbedürftig – es müssen umfassende Modernisierungs- und Dekarbonisierungsmaßnahmen durchgeführt werden. ...“

Für viele Vereine sind die Auswirkungen der Energiekrise bereits jetzt zu spüren. So gab mehr als ein Viertel der befragten Vereine an, dass sie einen Mitgliederrückgang aufgrund der aktuellen Krise zu verzeichnen haben. In mehr als fünf Prozent der Fälle mussten bereits Sportstätten geschlossen werden.

Um anfallende Mehrkosten abzufangen, sähe sich mehr als ein Drittel der Vereine laut Umfrage gezwungen, ihre Mitgliedsbeiträge zu erhöhen, was den Mitgliederrückgang wohl weiter beschleunigen und den Zugang zum Sport insbesondere für Menschen mit geringem Einkommen erschweren würde. Umso dringlicher sind nun finanzielle Hilfen, die sich mehr als 65 Prozent der befragten Vereine wünschen. (Quelle: DOSB)

## INHALT 11/2022

Der  
**Budoka**

### Verbände

Nordrhein-Westfälischer <b>Judo</b> -Verband	6
Nordrhein-Westfälisches Dan-Kollegium	23
Deutscher <b>Jiu Jitsu</b> Bund Nordrhein-Westfalen	32
Deutscher Fachsportverband für <b>Jiu Jitsu</b> NRW	33
Nordrhein-Westfälischer <b>Hapkido</b> -Verband	34
Nordrhein-Westfälischer <b>Ju Jitsu</b> -Verband	36
<b>Karate</b> verband Nordrhein-Westfalen	39
<b>Wushu</b> -Verband Nordrhein-Westfalen	42

**Titelseite:** Mit einer Bronzemedaille im Mixed-Team-Wettbewerb für die deutsche Mannschaft endeten die Judo-Weltmeisterschaften in Taschkent (Usbekistan). **Fotos: EJU/Gabi Juan**

### Themen



**Judo:** „Heinrich Frantzen – Ein Leben für den Judosport“

**SEITE 5**

**Jiu Jitsu:** Jubiläums- und Bundesseminar der DJJU: Vier Präsidenten aus vier Verbänden



**SEITE 32**

Athletiktraining: Die Standwaage	27
Krafttraining, Teil 139: Dynamisches Standrudern (Anreißen)	29
Bestellschein	30
Impressum	31
Protokolle/Ausschreibungen	44



## 1977

### Deutsche Junioren-Meisterschaften

2.000 begeisterte Zuschauer – das war noch nie da! Die große Philipshalle war voll. Eine Sensation für Judo. Die dreivierteljährliche emsige Vorbereitungsarbeit der Judofreunde Düsseldorf als Veranstalter für diese erste Düsseldorfer „Deutsche“ hat sich voll ausgezahlt. Titel erkämpften Peter Bazynski, Gerd Kerkau und Klaus Burggraf.



## 1997

### Deutsche Judo-Meisterschaften in Herne

Die Ausrichter DSC Wanne-Eickel und Judoka Wattenscheid hatten keine Mühen gescheut, um der Veranstaltung mit Judo-Messe, Zeitlupeneinspielungen auf Großbildleinwänden und attraktivem Rahmenprogramm eine angenehme Atmosphäre zu verleihen. Deutsche Meister wurden Johanna Hagn (Elsdorf), Ralph Akoto (Pelkum) und Ralf Koser (Leverkusen).



## 1982

### Tae Kwon Do-Meisterschaften in Düsseldorf

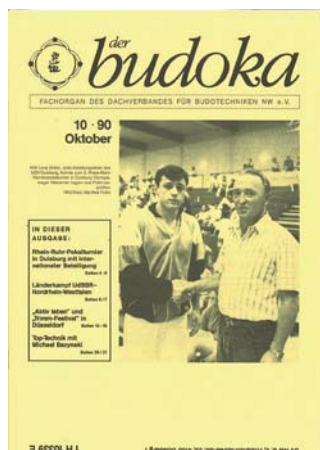
In Düsseldorf-Garath fanden die Schüler- und Jugendmeisterschaften statt. Ausrichter war der TC Düsseldorf. Bundestrainer Park Soo Nam nutzte beide Wettkampftage, um Kämpfer für den Nationalkader zu sichten und die Qualität unserer Nachwuchssportler zu überprüfen. Im Medaillenspiegel siegten TC Do Köln (Schüler) und VdS Nievenheim (Jugend).



## 2001

### Wushu-Europameisterschaften in Rotterdam

Ole-Micha Spörkel (Daoshu), Jana Möller (Changquan) und Iris Scholten (Daoshu) waren die Teilnehmer an den Wushu-Europameisterschaften in Rotterdam. Die Sporthalle des Top-sportcentrums am Stadion war für die Teams aus 20 Nationen hergerichtet und geschmückt. Ein buntes Showprogramm sorgte bei der Eröffnung für einen ereignisreichen Abend.



## 1990

### Olympiasieger Legien beim Rhein-Ruhr-Pokal

Mit ungefähr 560 Judoka wurde beim Turnier des MSV Duisburg eine neue Rekordteilnehmerzahl erreicht. Den Höhepunkt bildete die unerwartete Teilnahme von Olympiasieger Waldemar Legien aus Polen. Auch eine Auswahlmannschaft aus der Sowjetunion nahm an diesem Turnier teil. Radio Duisburg berichtete live in seiner Sportsendung.



## 2012

### Deutsche Meisterschaften des DJJB

In der Glockenspitzhalle in Krefeld fanden die 8. Deutschen Meisterschaften des DJJB statt. 274 Athleten aus allen Teilen Deutschlands traten an, um die Deutschen Meister in den Kategorien Random Attack, Pairs, Kata, Bodenkampf und Team auf vier großen Wettkampfmatten zu ermitteln. Der älteste Jiu Jitsuka Alfred Giepen war 72 Jahre alt und topfit!

Aikido  
Ju Jutsu  
Karate  
Taekwondo

Goshin Jitsu  
Judo  
Kendo

Jiu Jitsu  
Hapkido  
Muay Thai  
Wushu

# Heinrich Frantzen – Ein Leben für den Judosport –

Zum 70-jährigen Jubiläum des Nordrhein-Westfälischen Judo-Verbandes in diesem Jahr wollen wir an Heinrich Frantzen, den ersten Präsidenten und Geschäftsführer des Verbandes, erinnern. Er hat die Entwicklung des Judo in Nordrhein-Westfalen und auch weit über die Landesgrenzen hinaus nach dem Zweiten Weltkrieg maßgeblich geprägt.

Nachfolgend ein Beitrag über Heinrich Frantzen, der im September 1986 nach seinem Tod im „Budoka“ als Nachruf veröffentlicht wurde.

**W**er an die Quelle will, muss gegen den Strom schwimmen. Kaum ein Aphorismus war so bezeichnend für den Lebensweg einer der großen Männer des Judo-Sports wie dieser.

Nach seinem Abitur trat Heinrich Frantzen als 20-Jähriger in die Jiu-Jitsu-Abteilung des Kölner Polizei-Sportvereins ein. Der Trainer, Hauptwachtmeister Stachfleth, fasste seine Schüler hart an. Aufgrund dessen erschien der größte Teil der Neuzugänge nach der ersten Übungsstunde nicht mehr zum Training. Frantzen biss sich durch.

1932 führten Differenzen zwischen zivilen Mitgliedern und Polizeimitgliedern der Abteilung zum Austritt der Zivilisten und zur Gründung des zweiten eigenständigen Jiu Jitsu-Clubs in Deutschland, dem Kölner Jiu-Jitsu-Verein. In diesem Jahr erlebte Frantzen erstmals die echte Judo-Praxis.

Er hatte an der ersten Judo-Sommerschule in Frankfurt teilgenommen, die Alfred Rhode, Edgar Schäfer und Otto Schmelzeisen mit vier japanischen Meistern durchführten. Diese waren: Koizumi, Prof. Tani, Prof. Ishiguro und Dr. Kitabatake. Begeistert von der „sanften“ Kampfsportkunst lud Frantzen Meister Yukio Tani ein, nach Köln zu kommen. Er sollte seinen Clubkameraden die praktische Umsetzung des Judo demonstrieren. Tani kam. Der Kölner Judo-Club wurde gegründet.

Im folgenden Jahr, 1933, nahm Heinrich Frantzen zum zweiten Mal an der Frankfurter Sommerschule teil. Am 11. August legte er dort die Prüfung zum 3. Kyu-Grad ab.

Zu Beginn des Nazi-Regimes wurden alle Sportbewegungen in den Reichsbund für Leibesübungen zusammengefasst. Dieser Reichsbund wurde nach Sportarten in „Fachsäulen“ aufgeteilt. Judo und Schwerathletik wurden in einer Fachsäule vereinigt. Frantzen wurde die Verantwortung für den Gau Mittelrhein übertragen. Während des Krieges ging der organisierte Sport vollkommen unter. Nach dem Krieg wurde Judo als intensive Kampfsportart von den Besatzern verboten.

## Werbeveranstaltung im Sartory-Saal

1948 nahmen die Judokas als Sektion im „Deutschen Athleten Bund“ (DAB) ihre Arbeit wieder auf. Im Jahr darauf führte Frantzen die erste deutsche Sommerschule der Nachkriegszeit an der Sporthochschule Köln durch. Als Lehrer berief er Meister Koizumi aus London. Die Veranstaltung wurde ein unerwarteter Erfolg. Aus dem Mittelüberschuss finanzierte Frantzen eine Judo-Werbeveranstaltung im Kölner Sartory-Saal. Sie wurde wegen Überfüllung polizeilich geschlossen. Weiterhin bezahlte er von dem Überschuss die Anfahrtskosten der Judofachwarte aus anderen DAB-Landessektionen, die er zur ersten Bundesversammlung nach dem Krieg einlud. Auf dieser Versammlung wollte er die Bildung eines autonomen Judo-Verbandes auf Bundesebene durchsetzen. Frantzen hatte die Notwendigkeit dieses Schrittes erkannt, denn bei jeder beabsichtigten Regeländerung mussten die Judokas die Schwerathleten bitten, diese zu beschließen. Doch Frantzens Bemühungen blieben ohne Erfolg.

So beschloss er, sein Anliegen vorerst auf Landesebene in die Tat umzusetzen. Er veranlasste die Gründungsversammlung des Nordrhein-Westfälischen Judo-Rings im Hörsaal der Kölner Sporthochschule, wo er Fachlehrer für Judo war. Am 1. April 1953 ist der Ring unter der Nummer 2271 vom Amtsgericht Köln in das Vereinsregister eingetragen worden. Heinrich Frantzen bekleidete das Amt des Vorsitzenden.

In der folgenden Zeit forcierte er sein Engagement zur Konstituierung eines Bundesfachverbandes Judo. Er nahm Kontakt zu den übrigen autonomen Landesverbänden auf. Bei der konstituierenden Sitzung im Haus des Sports in Hamburg waren die Verbände Berlin, Schleswig-Holstein, Niedersachsen, Hamburg und Nordrhein-Westfalen anwesend. Nach der Gründung wurde die Mitgliedschaft im Deutschen Sportbund (DSB) angestrebt. Dies war jedoch in der damaligen Situation unmöglich, da bereits der DAB als Judo-Vertreter im DSB war und eine zweite Organisation nicht aufgenommen werden konnte. Frantzen überzeugte DSB-Chef Willi Daume, dass der einzige demokratische Weg der war, die Judoleute selbst zu fragen, wie sie organisiert sein wollten. Die Judokas entschieden sich klar für die Abspaltung vom DAB. Am 31.07.1956 wurde die Gründung des Deutschen Judo-Bundes (DJB) unter dem Vorsitz des Deutschen Sportbundes in Frankfurt bestätigt. Dem DJB gehörten jetzt sämtliche Landesverbände der Bundesrepublik und West-Berlins an.

Im Mai 1957 trat Frantzen für vier Jahre das Amt des Präsidenten der Europäischen Judo-Union an. Auch diese Aufgabe nahm er mit großer Gewissenhaftigkeit wahr.

Nach vierjähriger Präsidentschaft des DJB legte er sein Amt nieder, weil sein Antrag, die Abstimmungsweise im DJB nach Größe der Landesverbände (NRW war bereits damals mit Abstand mitgliederstärkster Verband) zu staffeln, zum wiederholten Male abgelehnt wurde. Nun konzentrierte sich Frantzen voll auf seine Arbeit im NRWJR.

## Auszeichnung mit der Sportplakette des Landes NRW

Ende 1963 fusionierten NRWJR und der 1961 gebildete Konkurrenzverband der Judo Amateure Nordrhein-Westfalens (JAVNW) zum NWJV. Nach der Liquidation des Judo-Rings wurde Frantzen für seine Verdienste um den NRWJR mit der Goldenen Ehrennadel ausgezeichnet. Nach seiner mehrjährigen Präsidentschaft im NWJV erhielt er im Juli 1970 die Goldene Ehrennadel des DJB. 1974 wurde ihm die Sportplakette des Landes NRW verliehen, eine der höchsten Auszeichnungen für verdiente Sportler.

Heinrich Frantzen einzuschätzen ist schwierig, ihn einzuordnen unmöglich, denn sein Nonkonformismus machte ihn zu einem echten Individualisten. In einem Alter, in dem sich andere bereits seelisch auf ihren Ruhestand einstellen, wurde Frantzen Realschullehrer in Frechen. Der Vegetarier, einer der ersten Biobauern Deutschlands, verzichtete auf den Anschluss an das Trink- und Abwassersystem. Mit seiner Partnerin bereiste er auf seinem Boot die halbe Welt.

Als jemand, der seine Ziele und Ideale mit unglaublicher Konsequenz verfolgte, war er bei vielen seiner Zeitgenossen nicht gerade beliebt. Es wurden ihm häufig Steine in den Weg gelegt, doch er verstand es, die Hindernisse zu beseitigen. In der japanischen Monatszeitschrift des Kodokan erschien im März 1960 der Bericht eines japanischen Medizin-Professors, der Frantzen an der Sporthochschule Köln besucht hatte, unter dem Titel: „Die Idee und die Persönlichkeit von Heinrich Frantzen“:

„... Herr Frantzen mit einer Gruppe ebenfalls gleichgesinnter europäischer Judo-Freunde hat sich mit Leib und Seele dem Judo und der fernöstlichen Kultur hingegeben. (...) Um es ganz kurz zu sagen: Herr Frantzen ist Sportsmann, Dichter im Geist, Philosoph in seinem Inneren. Und diese Einstellung zeigte sich immer und in allen Seiten seines Lebens.“

Ein tragischer Verkehrsunfall beendete am 20.06.1986 ein vitales Leben.





Sieg gegen China: Eduard Trippel, Johannes Frey, Anna-Maria Wagner, Miriam Butkerei, Igor Wandtke und Pauline Starke

Fotos: EJU/Gabi Juan



Weltmeisterschaften in Taschkent/Usbekistan

## Guter WM-Einstand für Alexander Gabler und Sarah Mäkelburg

Moritz Plafky und Johannes Frey scheitern an späteren Medaillengewinnern / Mixed-Team-Bronze zum Abschluss

Das Team des Deutschen Judo-Bundes (DJB) blieb bei den Judo-Weltmeisterschaften in Taschkent (Usbekistan) sicherlich deutlich hinter den Erwartungen zurück. Während die Frauen mit dem Gewinn einer Silbermedaille von Katharina Menz aus Backnang in der Klasse bis 48 kg und zwei fünften sowie einem siebten Platz noch mit vier Kämpferinnen in die Platzierungsliste einziehen konnten, kam keiner der Männer über das Achtelfinale hinaus. Der abschließende Gewinn der Bronzemedaille im Mixed-Team-Wettbewerb am Abschlusstag ließ das schlechte Abschneiden in den Einzelkonkurrenzen dann noch einmal ein bisschen vergessen.

Aus NRW-Sicht gaben die Achtelfinalteilnahmen nach jeweils zwei Siegen von Alexander Gabler vom Remscheider TV (bis 73 kg) und Sarah Mäkelburg von der Sportunion Annen (bis 70 kg) Grund zur Hoffnung. Beide zeigten damit einen gelungenen WM-Einstand. Moritz Plafky vom JC Hennef (bis 60 kg) und Johannes Frey vom JC 71 Düsseldorf (über 100 kg) hatten Hammerlose erwischt und scheiterten an Weltklasse-Athleten. Für Nadja Bazynski vom TSV Bayer 04 Leverkusen (bis 63 kg) und den kurzfristig nachgerückten Jonas Schreiber von der Sportunion Annen (über 100 kg) kam das Aus bereits in ihren Auftaktkämpfen.

### Frühes Aus für Moritz Plafky: Niederlage gegen Naohisa Takato

Moritz Plafky hatte bereits in der ersten Runde der Klasse bis 60 kg mit dem Olympiasieger und dreifachen Weltmeister Naohisa Takato aus Japan eine an diesem Tag wohl unlösbare Aufgabe. Gegen den starken Griff des Japaners fand er kein Mittel und musste schnell die erste Bestrafung hinnehmen. Nach 2:11 Minuten erhielt der 26-jährige Hennefer den dritten Shido und musste das frühe Aus bei diesen Weltmeisterschaften hinnehmen. Der Japaner sicherte sich später im Finale gegen Ariunbold Enkhitaivan aus der Mongolei seinen vierten WM-Titel.

### Alexander Gabler erreicht Achtelfinale

Alexander Gabler startete in der Klasse bis 73 kg zunächst mit einem Auftaktsieg gegen Adam Stodolski aus Polen in den Wettbewerb. Hier geriet der 24-jährige NWJV-Kämpfer stark unter Druck und musste zwei Shido-Bestrafungen hinnehmen. Im weiteren Verlauf kam er immer besser in den Kampf und in der Golden-Score-Verlängerung beendete er die Begegnung nach zwölf Sekunden mit einer Würgetechnik. In Runde zwei musste er gegen Antonio Tornal aus der Dominikanischen Republik zunächst einen Wazaari-Rückstand hinnehmen, kam anschließend jedoch wie in seiner ersten Begegnung mit einer Würgetechnik durch und beendete den Kampf vorzeitig. Im Achtelfi-

Moritz Plafky  
gegen Olympiasieger  
Naohisa Takato aus  
Japan



Stark im Boden:  
Alexander Gabler  
gewann zwei Kämpfe  
durch Würgetechnik

nale gegen den Olympia-Dritten Daniel Cargnin aus Brasilien unterlag Gabler nach 2:14 Minuten und schied damit aus dem Wettbewerb aus. Cargnin gewann am Ende eine Bronzemedaille.

### Nadja Bazynski mit Auftaktniederlage nach acht Minuten

Für Nadja Bazynski sah es in der Klasse bis 63 kg gegen die EM-Fünfte Renata Zachova aus Tschechien zunächst gar nicht so schlecht aus, aber keine der beiden Kämpferinnen konnte eine zählbare Wertung erzielen. Daraufhin ging es in die Golden-Score-Verlängerung. Nach insgesamt 8:11 Minuten Kampfzeit konterte Zachova einen Uchi-mata-Ansatz der 29-jährigen Deutschen Meisterin und erzielte damit die entscheidende Ippon-Wertung. „Ich hab mich nie schwach gefühlt und mein Körper war da“, sagt Nadja Bazynski noch immer fassungslos. „Ich bin super enttäuscht.“



Mehr als acht Minuten kämpfte Nadja Bazynski gegen Renata Zachova aus Tschechien

## Sarah Mäkelburg erst im Achtelfinale gestoppt

Sarah Mäkelburg startete in der Klasse bis 70 kg mit einem Sieg gegen Ida Eriksson aus Schweden in den Wettkampftag. In der Golden-Score-Verlängerung erzielte die 25-jährige Wittenerin die entscheidende Wazaari-Wertung. In Runde zwei besiegte sie Ebony Drysdale Daley aus Jamaika vorzeitig mit Kami-sankaku-gatame. Auch gegen Michaela Polleres aus Österreich, Zweite der Olympischen Spiele von Tokio, übernahm Mäkelburg die Initiative und war die Aktivere. Nach 3:19 Minuten musste sie sich jedoch durch Ude-gatame geschlagen geben und schied damit im Achtelfinale aus dem Wettbewerb aus.

## Dramatisches WM-Aus für Johannes Frey

Schon in seinem Auftaktkampf der Klasse über 100 kg hatte Johannes Frey seine starke Tagesform angekündigt und besiegte Moustapha Fofana aus Guinea bereits nach 21 Sekunden durch Tsurugi-goshi. Im Achtelfinale gegen Guram Tushishvili aus Georgien, Zweiter der Olympischen Spiele von Tokio und Weltmeister von 2018, sah der 25-Jährige schon fast wie der Sieger aus. Doch wenige Sekunden vor dem Ende der Zeit konnte der Georgier den Kampf noch einmal drehen.

Zunächst zeigte sich Frey sehr gut auf den an Nummer eins gesetzten Tushishvili eingestellt. Er war der Aktivere und zwang seinem Kontrahenten zwei Shido-Bestrafungen auf. Dann konterte er den Georgier, doch der erhoffte Ippon für Frey blieb aus. Im weiteren Kampfverlauf ging der NWJV-Kämpfer mit Wazaari-Wertung für Ura-nage in Führung. Johannes Frey griff weiter an mit Sumi-gaeshi und Seoi-nage. Die Sensation lag in der Luft. 15 Sekunden vor Schluss gelang Tushishvili der Ausgleich mit Uchi-mata und mit dem anschließenden Haltegriff holte er den nicht mehr für möglich gehaltenen Sieg. Trotzdem war es eine starke Leistung von Johannes Frey und ein dramatisches WM-Aus im Achtelfinale.

Jonas Schreiber war gegen Minjong Kim aus Südkorea, WM-Dritter 2019, chancenlos und hatte nach rund einer Minute zwei Wazaari-Wertungen durch Seoi-nage und Kata-guruma gegen sich.



Sarah Mäkelburg (rechts) gegen Michaela Polleres aus Österreich;  
unten: Johannes Frey mit Tsurugi-goshi gegen Moustapha Fofana aus Guinea  
Fotos: IJF/Emanuele Di Felicianonio





## Deutsches Mixed-Team holt Bronze

Der Team-Wettbewerb begann für die DJB-Mannschaft mit einem 4:2-Sieg gegen die Mongolei. Miriam Butkerei, Eduard Trippel, Anna-Maria Wagner und Johannes Frey holten die Punkte. Es folgte ein 4:0-Sieg und der Einzug in das Halbfinale durch Igor Wandtke, Miriam Butkerei, Eduard Trippel und Anna-Maria-Wagner gegen die Ukraine.

Im Kampf um den Einzug in das Finale waren die Athletinnen und Athleten des DJB chancenlos und unterlagen glatt mit 0:4 gegen Japan.

Im „kleinen Finale“ gingen die Athletinnen und Athleten der Bundestrainer Pedro Guedes und Claudiu Pusa noch einmal hoch motiviert in den Kampf und setzten sich mit 4:1 gegen China durch. Die Punkte erkämpften Eduard Trippel, Johannes Frey, Pauline Starke und Igor Wandtke.

Erik Gruhn



China gegen Deutschland: 1:4

Foto: EJU/Gabi Juan

## Weltmeisterschaften in Taschkent

### Frauen

#### bis 48 kg:

1. Natsumi Tsunoda, Japan
2. Katharina Menz, Deutschland
3. Assunta Scutto, Italien
3. Abiba Abuzhakynova, Kasachstan

#### bis 52 kg:

1. Uta Abe, Japan
2. Chelsie Giles, Großbritannien
3. Distria Krasniqi, Kosovo
3. Amandine Buchard, Frankreich

#### bis 57 kg:

1. Rafaela Silva, Brasilien
2. Haruka Funakubo, Japan
3. Jessica Klimkait, Kanada
3. Enkhriilen Lkhagvatogoo, Mongolei

#### bis 63 kg:

1. Megumi Horikawa, Japan
2. Catherine Beauchemin-Pinard, Kanada
3. Manon Deketer, Frankreich
3. Barbara Timo, Portugal

#### bis 70 kg:

1. Barbara Matic, Kroatien
2. Lara Cvjetko, Kroatien
3. Saki Nizoe, Japan
3. Sanne van Dijke, Niederlande
5. Miriam Butkerei, Deutschland

#### bis 78 kg:

1. Mayra Aguiar, Brasilien
2. Zhenzhao Ma, China
3. Yelyzaveta Lytvynenko, Ukraine
3. Beata Pacut-Kloczko, Polen
5. Alina Böhm, Deutschland
7. Anna-Maria Wagner, Deutschland

#### über 78 kg:

1. Romane Dicko, Frankreich
2. Beatriz Souza, Brasilien
3. Wakaba Tomita, Japan
3. Julia Tolofua, Frankreich

### Männer

#### bis 60 kg:

1. Naohisa Takato, Japan
2. Ariunbold Enkhtaivan, Mongolei
3. Yung Wei Yang, Taipe
3. Yeldos Smetov, Kasachstan

#### bis 66 kg:

1. Hifumi Abe, Japan
2. Joshiro Maruyama, Japan
3. Denis Vieru, Moldawien
3. Baul An, Südkorea

#### bis 73 kg:

1. Tsogtbaatar Tsend-Ochir, Mongolei
2. Soichi Hashimoto, Japan
3. Daniel Cargnin, Brasilien
3. Hidayat Heydarov, Aserbaidschan

#### bis 81 kg:

1. Tato Grigalashvili, Georgien
2. Matthias Casse, Belgien
3. Shamil Borchashvili, Österreich
3. Takanori Nagase, Japan

#### bis 90 kg:

1. Davlat Bobonov, Usbekistan
2. Christian Parlati, Italien
3. Luka Maisuradze, Georgien
3. Lasha Bekauri, Georgien

#### bis 100 kg:

1. Muzaffarbek Turoboyev, Usbekistan
2. Kyle Reyes, Kanada
3. Zelym Kotsoiev, Aserbaidschan
3. Michael Korrel, Niederlande

#### über 100 kg:

1. Andy Granda, Kuba
2. Tatsuru Saito, Japan
3. Minjong Kim, Südkorea
3. Guram Tushishvili, Georgien

### Mixed-Team-Wettbewerb

1. Japan
2. Frankreich
- 3. Deutschland**
3. Israel
5. China
5. Niederlande
7. Südkorea
7. Ukraine



### Medaillenspiegel

	Gold	Silber	Bronze
Japan	5	4	3
Brasilien	2	1	1
Usbekistan	2	0	0
Mongolei	1	1	1
Kroatien	1	1	0
Georgien	1	0	3
Frankreich	1	0	3
Kuba	1	0	0
Kanada	0	2	1
Italien	0	1	1
<b>Deutschland</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>0</b>
Belgien	0	1	0
Großbritannien	0	1	0
China	0	1	0
Südkorea	0	0	2
Niederlande	0	0	2
Aserbaidschan	0	0	2
Kasachstan	0	0	2
Polen	0	0	1
Ukraine	0	0	1
Österreich	0	0	1
Portugal	0	0	1
Chinesische Taipei	0	0	1
Kosovo	0	0	1
Moldawien	0	0	1

# Oops!... She did it again!

**Was für ein Oktober-Wochenende?! Trippel in Taschkent (Na ja) und Tripel in Leipzig (Wow), oder: Oops!... She did it again! Mathilda Niemeyer vom 1. JJJC Hattingen hat zum dritten Mal die deutsche Meisterschaft in der U 18 gewonnen. Mehr geht in so jungen Jahren kaum. Niemeyer sorgte damit für den sportlichen Höhepunkt bei nicht allein aus sportlicher Sicht interessanten Titelkämpfen in Leipzig.**

Der Spruch von den eigenen Gesetzen, der im Fußball hinlänglich aus dem Pokal bekannt ist, gilt im Judo offenbar für Meisterschaften. Und er bedeutet so viel wie: Für Überraschungen wird gesorgt sein. Der Nachweis erfolgte bei der U 18-DM in Leipzig. Dass Mathilda Niemeyer souverän den Titel bis 78 Kilogramm aus dem Vorjahr verteidigte, war beeindruckend – aber keine wirkliche Überraschung. Überraschend war dagegen zum Beispiel das Abschneiden der Judoka vom JC 71 Düsseldorf. Einmal Gold, zweimal Silber – und dazu ein fünfter Platz. Unterm Strich avancierten die Landeshauptstädter damit zum erfolgreichsten Klub aus Nordrhein-Westfalen. Zum Vergleich: Im Vorjahr schafften die Düsseldorfler gerade einmal einen fünften Platz. „Mit dem Titel konnte man für Frida Reisz fast schon rechnen. Dass Nina Güth bis 52 Kilogramm Silber gewinnt, war nach den Trainingseindrücken auch im Bereich des Möglichen. Eine richtige Überraschung war aber der Vize-Titel von Anika Baumbach bis 70“, analysierte der Düsseldorfler Trainer Jens Kaiser. Zur Erklärung: Baumbach hatte erst kurz vor den Meisterschaften eine Meniskus-Verletzung überstanden und war dann auch noch eine Gewichtsklasse aufgestiegen. Um der Chronistenpflicht zu genügen: Platz fünf gab es noch für den Düsseldorfler Benedict Wolsfeld (bis 66) hinter Marc Ivchenko (SSF Bonn), der – wie im Vorjahr – Bronze gewann. Frank Urban, leitender Landestrainer, unterstrich, dass Judoka aus zahlreichen Vereinen sich in die Liste der Medaillengewinner eintragen konnten.



Mathilda Sophie Niemeyer (Zweite von links) verteidigte souverän den Titel in der Klasse bis 78 Kilogramm  
Foto: Falk Scherf

Frida Reisz im Halbfinale der Klasse bis 44 kg gegen Lotta Zeier aus Thüringen  
Foto: Tom Stockhausen





Lilly Marie Büsemeyer siegte in der Klasse bis 63 kg

Foto: Tom Stockhausen

Weniger „sportlich“ war die Erkenntnis, dass auch in diesem Jahr die großen gesellschaftlichen Fragen und Herausforderungen nicht aus der Judohalle herauszuhalten sind. In 2021 war es Corona, in diesem Jahr der Krieg in der Ukraine und seine Folgen. Die Mitgliedschaft in einem deutschen Verein und ein entsprechender Judopass machten es möglich, dass in Leipzig zahlreiche Judoka aus der Ukraine auf der Matte standen – unter anderem der WM-Starter Tymofii Sabadash (Budo-Club Karlsruhe) und die Medaillengewinnerin vom European Cup in Bukarest, Mariia Bihunova (JC Jena). Das hob einerseits die Qualität der Darbietungen, andererseits schmälerte es mitunter erheblich die Chancen des heimischen Nachwuchses. Und das sorgte wiederum für Verunsicherung: Denn einerseits will man den Ukrainern helfen, andererseits ist man irgendwie den (sowieso schon sehr wenigen) eigenen Talenten verpflichtet. Die Folge: Unzufriedenheit. Hinter vorgehaltener Hand und um die richtige (auch politisch korrekte) Haltung ringend gab es also Kritik. „Die Situation macht es den Bundestrainern nicht leichter, den Nachwuchs zu sichten“, fasste es Frank Urban diplomatisch zusammen.

So oder so – die Endabrechnung konnte sich für den NWJV sehen lassen. Im Medaillenranking der Landesverbände gab es mit insgesamt 17-mal Edelmetall – davon allein fünfmal Gold – Rang eins. Neben den Spitzenrängen zeigte sich Urban – bei insgesamt 29 Platzierungen unter den ersten Sieben – aber auch mit dem „tollen Ergebnis“ in der Breite zufrieden.

Thomas Reisz



Armin Pacariz vom TV Wolbeck gewann den DM-Titel in der Klasse bis 81 kg

Foto: Falk Scherf



Frank Urban bei den U18-Titelkämpfen in Leipzig Foto: Tom Stockhausen

## Der Gleichgewichtsbruch wird wichtiger

Zwei Tage in Leipzig – und am Ende eine positive Bilanz für die U 18-Judoka des NWJV. Die Deutschen Meisterschaften haben sich also offenbar für den Nachwuchs aus Nordrhein-Westfalen gelohnt. Warum, Weshalb, Wieso – wir fragen den leitenden Landestrainer Frank Urban.

### **Fünfmal Gold, viermal für die Frauen, einmal für die Männer. Sind die Frauen so viel stärker als die NRW-Männer?**

„Ich finde beide Bereiche haben ein sehr gutes Ergebnis erzielt, auf das sich weiter aufbauen lässt.“

### **Platz eins im Medaillenspiegel ist kein Novum. Aber gab es in der Vergangenheit trotzdem schon einmal eine erfolgreichere Kadetten-DM für den NWJV?**

„Im Jahr 2020 gab es für den NWJV fünfmal Gold, viermal Silber, neunmal Bronze, fünfmal Platz fünf und siebenmal Platz sieben. Das war ein ähnlich gutes Ergebnis.“

### **Bei den Frauen war der NWJV in sieben von neun Finals vertreten. Ist das die eigene Stärke oder die Schwäche der anderen Landesverbände? Was macht den Unterschied?**

„Zunächst einmal stellt der NWJV die meisten Teilnehmer bei dieser Maßnahme, dadurch dass wir eine eigene Gruppe sind. Ich glaube aber auch, dass unser Stützpunktsystem ein Grundstock für den Erfolg ist. Nahezu alle Medaillengewinnerinnen trainieren regelmäßig an einem Landesstützpunkt. Zusätzlich bietet der Bundesstützpunkt in Köln noch die Gelegenheit sich mit vielen Top-Athletinnen regelmäßig zu messen.“

### **Im vergangenen Jahr litt die Meisterschaft deutlich unter Corona. Was hat sich seitdem geändert? Wie machen sich die Nachwirkungen noch bemerkbar?**

„Das Niveau war ähnlich wie im letzten Jahr. Die Regeländerungen stellen Athleten und Kampfrichter noch vor Probleme, aber das wird sich sicher auch noch ändern.“

### **In Leipzig haben die Kampfrichter Diving wie bei der parallel laufenden WM sehr konsequent bestraft. Dabei ist die Bestrafung nicht neu, aber die Konsequenz war sehr bemerkenswert. Muss man daraus jetzt grundsätzlich Konsequenzen für die Trainingsinhalte ziehen, indem zum Beispiel mehr Wert auf die Stabilität von Tori beim Wurf gelegt wird?**

„Diving war schon immer verboten. Jetzt darf der Kopf die Matte nicht mehr berühren. Ich glaube, die Athleten und Athletinnen müssen eher lernen, besser das Gleichgewicht von Uke zu brechen, um gefahrloser werfen zu können.“

Das Gespräch mit Frank Urban führte Thomas Reisz.



Deutsche Einzelmeisterschaften der Frauen und Männer U 18 in Leipzig



Die Medallengewinner mit den Landes- und Heimtrainern



Deutsche Einzelmeisterschaften der Frauen und Männer unter 21 Jahren

# Mathilda Sophie Niemeyer verteidigt DM-Titel

## 3 x Gold für JC 66 Bottrop

Die Judoka der U 21 mussten für ihre nationalen Titelkämpfe auch in diesem Jahr wieder den weiten Weg nach Frankfurt an der Oder auf sich nehmen. In der Brandenburg-Halle gab es schließlich für die NWJV-Athletinnen und -Athleten den Sieg im Medallenspiegel. Mit vier Gold-, zwei Silber- und vier Bronzemedallien lag Nordrhein-Westfalen an die Spitze vor Niedersachsen (3/0/1), Hessen (2/1/4), Württemberg (2/1/1) und Bayern (1/2/4). Sieben Medallien holten die Frauen, drei die Männer. Zehn mal wurde das Edelmetall aber auch knapp verpasst und es gab jeweils Platz fünf.

Als sichere Titelaspirantin erwies sich erneut Mathilda Sophie Niemeyer vom 1. Hattinger JJC. Die 16-Jährige verteidigte wie schon eine Woche zuvor bei der U 18 ihren Vorjahrestitel in der Klasse bis 78 kg erfolgreich. In einer Neuauflage des Finalkampfes von 2021 setzte sie sich mit Wazaari-Wertung gegen Lilli Louise Wojta vom SC Itzehoe durch. U 18 und U 21 zusammengerechnet, war es bereits der insgesamt fünfte DM-Titel für Niemeyer.

Die weiteren drei ersten Plätze für NRW holten die Judoka vom JC 66 Bottrop. Nach Bronze im letzten Jahr gewann Helen Habib in diesem Jahr Gold in der Klasse bis 48 kg. Vereinskamerad Florian Böcker erkämpfte nach Silber 2021 in diesem Jahr Gold. Im reinen NRW-Finale der Klasse bis 60 kg setzte er sich schon nach 47 Sekunden gegen Erik



Eva Ronja Buddenkotte vom JC 66 Bottrop (in weiß) im Finale der Klasse bis 70 kg gegen Tayla Grauer von der TSG Backnang Foto: Erik Gruhn

Hobein von der Sportunion Annen durch. Eva Ronja Buddenkotte gewann den Titel in der Klasse bis 70 kg im Finale gegen Tayla Grauer von der TSG Backnang in der Golden-Score-Verlängerung.

Silber erkämpfte außerdem Emily Gränitz von der Sport-Union Annen in der Klasse bis 63 kg. Auf dritte Plätze kamen Leticia Jung von der Sportunion Annen (bis 48 kg), Emilia Meffert vom 1. JC Mönchengladbach (bis 57 kg), Judith Erpelding vom Velberter JC (bis 78 kg) und Lino Andrea Dello Russo vom SSF Bonn (bis 66 kg).

Erik Gruhn



## Deutsche Meisterschaften in Leipzig

### Männer U 18

#### bis 46 kg:

1. Ramzan Deliev, UJKC Potsdam
2. Tim Nebenführ, JC Petersberg
3. Egor Koptel, 1. JC Worms
5. Yves Brandenstein, PSV Grün-Weiß Kassel
5. Eren Kirat, JJJC Yamanashi Porz

#### bis 50 kg:

1. David Kupper, SV Gold-Blau Augsburg
2. Carl Then, JC Jena
3. Filippo Fazio, Turnerschaft Göppingen
3. Felix Teigeler, FC Stella Bevergern
7. Yosha Alexander Pawellek, Sport-Union Annen
7. Levin Michailow, BSG Benninghausen

#### bis 55 kg:

1. Demetre Makalatiya, JC Kim-Chi Wiesbaden
2. Joris Schleer, Freiburger JC
3. Nagiba Mark, ATSV Tirschenreuth
3. Niklas Gillenkirch, JC 66 Bottrop

#### bis 60 kg:

1. Leonardo Fiore, JC Kim-Chi Wiesbaden
2. Felix Bächle, JSC Heidelberg Rhein-Neckar
3. Jonas Orlandea, TH Eilbeck
3. Jais Matti Urban, TH Eilbeck

#### bis 66 kg:

1. Tymofii Sabadash, BC Karlsruhe
2. Adam Toszegi, TSV Großhadern
3. Marc Ivchenko, SSF Bonn
3. Louis Hüpenbecker, UJKC Potsdam
5. Benedict Wolsfeld, JC 71 Düsseldorf

#### bis 73 kg:

1. Elija Ruben Märkt, SC Bushido Berlin
2. Matti Göbel, Judo-Team Hannover
3. Josef Ivchenko, SSF Bonn
3. Julian Mandel, BC Karlsruhe

#### bis 81 kg:

1. Armin Pacariz, TV Wolbeck
2. Bela Buchmeyer, TH Eilbeck
3. Yaroslav Demydenko, JJC Mendig
3. Linus Schreiber, TV Freudenberg
5. Björn Konrad, TSV Bayer 04 Leverkusen
7. Jonathan van Heek, Beueler JC

#### bis 90 kg:

1. Paul Szymainski, UJKC Potsdam
- 2.
3. Leon Mutschler, Heidelberger JC
3. Moritz Günther, Homburger Turngemeinde
5. Tymofii Hololobov, JC Schloß Neuhaus

#### über 90 kg:

1. Nikita Nikitenko, TSV Kronshagen
2. Christian Wilhelm, Judo-Team Hannover
3. Illia Woloshin, JC Leipzig
3. Mortaza Suha, Judo-Team Hannover

### Frauen U 18

#### bis 40 kg:

1. Carolin Scheida, JC Wermelskirchen
2. Gülfem Kalaycik, JC Koriouchi Gelsenkirchen
3. Lisa Howard, TSV Abensberg
4. Anna Scheppan, JC Antonsthal-Schwarzenberg

#### bis 44 kg:

1. Frida Reisz, JC 71 Düsseldorf
2. Roza Agumava, JV Ippon Rodewisch
2. Lotta Zeier, TSV „Germania 1887“
3. Isabella Knaus, Homburger Turngemeinde

#### bis 48 kg:

1. Tabea Nika Mecklenburg, UJKC Potsdam
2. Helen Habib, JC 66 Bottrop
3. Asal Ghaffar, JC Koriouchi Gelsenkirchen
3. Ronja Klein, Judo- und Freizeitverein Erfurt

#### bis 52 kg:

1. Odalis Santiago-Santana, FC Schweitenkirchen
2. Nina Güth, JC 71 Düsseldorf
3. Kathrin Krause, PSV Olympia Berlin
3. Leonie Wickert, TSV Bayer 04 Leverkusen

#### bis 57 kg:

1. Helene Riegert, Judo Club Wiesbaden
2. Felizitas Aumann, SV Halle
3. Marley Garland, UJKC Potsdam
3. Vanessa Geretzi, TSV Großhadern
5. Emilia Meffert, 1. JC Mönchengladbach

#### bis 63 kg:

1. Lilly Marie Büsse Meyer, JC 66 Bottrop
2. Sara-Joy Bauer, TSG Backnang
3. Rabea Hohmann, Kodokan Neuhof
3. Leya Winter, TSV Großhadern
5. Lea-Marie Wallenhorst, JG Ibbenbüren
7. Sveyarike Konrad, TSV Bayer 04 Leverkusen

#### bis 70 kg:

1. Luna Abboud Herbert, JC Konstanz
2. Anika Baumbach, JC 71 Düsseldorf
3. Alicia Thiele, UJKC Potsdam
3. Tanja Hanschmann, JC Leipzig

#### bis 78 kg:

1. Mathilda Sophie Niemeyer, 1. Hattinger JJJC
2. Mia Nunweiler, Asia Sport
3. Hermine Just, Judokan Schkeuditz
3. Jessie Lüdemann, Blau-Weiß 21 Jarmen
7. Sannie Lena Klein, JC Hennef
7. Lena Marie Picklapp, Dortmunder Budo SV

#### über 78 kg:

1. Sofia Svydka, JC Wiesbaden
2. Malin Nieweler, FC Stella Bevergern
3. Tetiana Sotska, JC Kano Heilbronn
3. Sandra Schwankner, TSV Palling

## Deutsche Meisterschaften in Frankfurt/Oder

### Männer U 21

#### bis 60 kg:

1. Florian Böcker, JC 66 Bottrop
2. Erik Hobein, Sport-Union Annen
2. Marek Zimmermann, Homburger Turngemeinde
3. Saba Mumladze, JC Kano Heilbronn

#### bis 66 kg:

1. Nicolas Kunze, MTSV Aerzen
2. Krystian Liwocha, TSV Rudow
3. Viktor Becker, Judo Holzhausen
3. Lino Andrea Dello Russo, SSF Bonn

#### bis 73 kg:

1. Finn Luka Reddig, Judo Crocodiles Osnabrück
2. Noel Schmidt, JC Kim-Chi Wiesbaden
3. Maxim Malsch, BC Karlsruhe
3. Kevin Abeltshauer, TSV Abensberg
5. Maximilian Murawski, Brühler TV

#### bis 81 kg:

1. Mahomed Khakimov, TSV Großhadern
2. Gerrit Noack, JG Sachsenwald
3. Lukas Schreder, Homburger Turngemeinde
3. Elija Ruben Märkt, SC Bushido Berlin

#### bis 90 kg:

1. Lasse Schriever, TH Eilbeck
2. Dennis Rietz, JC 90 Frankfurt (Oder)
3. Jannis Baschin, Sportfreunde Kladow
3. Tim Möller, SC Lotos Berlin
7. Arthur Distel, TB Wülfrath

#### bis 100 kg:

1. Pierre Ederer, JSC Heidelberg Rhein-Neckar
2. Michael Weber, TSV Abensberg
3. Mortaza Suha, Judo-Team Hannover
3. Simon Leuschen, JC Wiesbaden
7. Jean-Pierre Löwe, PSV Herford

#### über 100 kg:

1. Daniel Udsilauri, TSV Erbach
2. Lorenz Moor, PSV Olympia Berlin
3. Nikita Nikitenko, TSV Kronshagen
3. PaaVo Plöhnert, SV Halle
5. Justus Galla, JC 66 Bottrop

### Frauen U 21

#### bis 48 kg:

1. Helen Habib, JC 66 Bottrop
2. Mecklenburg Tabea Nika, UJKC Potsdam
3. Leticia Jung, Sport-Union Annen
3. Leonie Zeller, TuS Holzkirchen
5. Asal Ghaffar, JC Koriouchi Gelsenkirchen

#### bis 52 kg:

1. Lena Djeriou, TSG Nordwest Frankfurt (Main)
2. Nicole Stakhov, JC RBS Leipzig
3. Santiago-Santana Odalis, FC Schweitenkirchen
3. Kathrin Krause, PSV Olympia Berlin
5. Leonie Wickert, TSV Bayer 04 Leverkusen
5. Alexandra Gross, Judo Club Hennef

#### bis 57 kg:

1. Helene Riegert, JC Wiesbaden
2. Bettina Bauer, TSV Großhadern
3. Emilia Meffert, 1. JC Mönchengladbach
3. Darja Dorowskich, Jahn Nürnberg 2012
5. Lisa Hiller, 1. JC Mönchengladbach
5. Nehle Majken Wakup, JC 66 Bottrop

#### bis 63 kg:

1. Sara-Joy Bauer, TSG Backnang
2. Emily Gränitz, Sport-Union Annen
3. Viktoria Folger, Sportfreunde Kladow
3. Charlotte von Leupoldt, SC Bushido Berlin
5. Lilly Marie Büsse Meyer, JC 66 Bottrop

#### bis 70 kg:

1. Eva Ronja Buddenkotte, JC 66 Bottrop
2. Tayla Grauer, TSG Backnang
3. Anastasiia Zinkevych, JC Wiesbaden
3. Jenna Thiele, UJKC Potsdam
5. Jana Koch, Judoka Rauxel

#### bis 78 kg:

1. Mathilda Sophie Niemeyer, 1. Hattinger JJJC
2. Lilli Louise Wojta, SC Itzehoe
3. Mia Nunweiler, Asia Sport
3. Judith Erpelding, Velberter JC
7. Judith Suhrkamp, JC Bushido Köln

#### über 78 kg:

1. Amani Küster, MTV Isenbüttel
2. Selina Mangold, VfL Lahnstein
3. Lea Fischer, SG Weixdorf
3. Kim Chantal Tepelmann, PSV Schwerin
5. Franziska Will, DSC Wanne-Eickel
7. Ida-Luise Wilczek, 1. SC Lippetal

## DM-Qualifikation in Herne und Lünen

Der DSC Wanne-Eickel (U 18) und der Lüner SV (U 21) waren Ausrichter der Westdeutschen Einzelmeisterschaften. Ermittelt wurden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer für die Deutschen Einzelmeisterschaften in Leipzig und Frankfurt an der Oder. Die Teilnehmerzahlen bewegten sich auf dem Vorjahresniveau, liegen aber noch deutlich unter den Zahlen vor Corona von 2019 und 2020.

In der U 18 waren 65 Frauen und 101 Männer am Start (2019: 94/146, 2020: 83/133), in der U 21 gingen 33 Frauen und 52 Männer (2019: 65/103, 2020: 50/92) auf die Matte. Wie gewohnt waren die oberen und unteren Gewichtsklassen nur mit wenigen Athletinnen und Athleten besetzt. In der U 21 fanden die Kämpfe aufgrund der niedrigen Teilnehmerzahlen erneut nur auf zwei Wettkampfmatten statt. Die Landestrainer Jan Tefett, Eduard Matijass und Frank Urban waren vor Ort, um sich ein Bild über den aktuellen Leistungsstand zu machen.



In der teilnehmerstärksten Gewichtsklasse der Frauen U 18 bis 52 kg siegte Nina Güth vom JC 71 Düsseldorf im Finale mit Wazaari-Wertung in der Verlängerung gegen Leonie Wickert vom TSV Bayer 04 Leverkusen. Bei den Männern gab es in der Kategorie bis 73 kg die meisten Teilnehmer. Hier setzte sich Josef Ivtschenko vom SSF Bonn gegen Nikita Djadin vom Selmer JC nach gut fünf Minuten Kampfzeit durch.

In der U 21 war die Kategorie der Männer bis 81 kg mit zwölf Athleten die am stärksten besetzte Gewichtsklasse. Niklas Hirschfeld vom Brühler TV konnte sich hier vorzeitig im Finale gegen Salamo Asakov vom 1. JJJC Hattingen durchsetzen.

In der U 18 konnten Asal Ghaffar vom JC Koriouchi Gelsenkirchen (bis 48 kg), Nina Güth, JC 71 Düsseldorf (bis 52 kg), Emilia Meffert vom 1. JC Mönchengladbach (bis 57 kg), Franziska Galla vom JC 66 Bottrop (bis 70 kg, im Vorjahr bis 78 kg), Malin Nieweler von Stella Bevergern (über 78 kg) und Justus Galla vom JC 66 Bottrop (über 90 kg) ihre Titel aus dem Vorjahr verteidigen. In der U 21 gelang nur Emily Gränitz von der Sportunion Annen (bis 63 kg, im Vorjahr bis 57 kg) der erneute Titelgewinn.

Im kommenden Jahr sind die Titelkämpfe der U 18 und U 21 dann wieder für Februar/März geplant.

**Text und Fotos: Erik Gruhn**



## Westdeutsche Einzelmeisterschaften U 18 und U 21



### Ergebnisse Frauen U 18

#### bis 40 kg:

1. Carolin Scheida, JC Wermelskirchen
2. Gülfem Kalaycik, JC Koriouchi Gelsenkirchen

#### bis 44 kg:

1. Christina Rincheval, TV Salzkotten

#### bis 48 kg:

1. Asal Ghaffar, JC Koriouchi Gelsenkirchen
2. Pia Urban, JC 66 Bottrop
3. Cosima Hoeps, TSV Hertha Walheim
3. Lena Beyer, TSV Bayer 04 Leverkusen
5. Finja Poth, PSV Duisburg
5. Josephine Schlags, Pulheimer SC

#### bis 52 kg:

1. Nina Güth, JC 71 Düsseldorf
2. Leonie Wickert, TSV Bayer 04 Leverkusen
3. Emily Mc Namara, JC 71 Düsseldorf
3. Leni Steiner, Soester TV
5. Letizia Koslow, TSV Bayer 04 Leverkusen
5. Zoé Hamdan, 1. Godesberger JC

#### bis 57 kg:

1. Emilia Meffert, 1. JC Mönchengladbach
2. Sophie Eifert, Stella Bevergern
3. Janne Päfgen, JC 71 Düsseldorf
3. Zweta Kasabova, JC Hennef
5. Clara Mey, PSV Krefeld
5. Lina HuBong, ASG Elsdorf

#### bis 63 kg:

1. Sveayrike Konrad, TSV Bayer 04 Leverkusen
2. Lea Wallenhorst, JG Ibbenbüren
3. Lara Schulte, TuS Eichengrün Kamen
3. Zoe Stockhausen, JC 71 Düsseldorf
5. Felicia Schumacher, JC 66 Bottrop
5. Pauline Markfort, TV Wolbeck

#### bis 70 kg:

1. Franziska Galla, JC 66 Bottrop
2. Anika Baumbach, JC 71 Düsseldorf
3. Clara Hopfinger, TSV Altenhagen
3. Lilli Happe, Pulheimer SC
5. Lea Konert, 1. JC im TV Werne
5. Mia Kellerhaus, JC Nievenheim

#### bis 78 kg:

1. Sannie Klein, JC Hennef
2. Anna Buitenhuis, Velberter JC
3. Erin Drzysga, Sport-Union Annen
3. Lena Marie Picklapp, Dortmunder Budo SV
5. Annika Zwanziger, 1. JC Mönchengladbach
5. Maleen Keller, Stella Bevergern

#### über 78 kg:

1. Malin Nieweler, Stella Bevergern
2. Polina Reyngold, JC 71 Düsseldorf
3. Henriette Struckmeier, PSV Herford

### Ergebnisse Männer U 18

#### bis 46 kg:

1. Eren Kirat, JJC Yamanashi Porz
2. Alexis Koop, Bündler TV
3. Michael Ackermann, TSC Eintracht Dortmund

#### bis 50 kg:

1. Levin Michailow, BSG Benninghausen
2. Yosha Pawellek, Sport-Union Annen
3. Felix Teigeler, Stella Bevergern
3. Silvan Tischer, TG Neuss
5. Bennet Englaender, 1. Godesberger JC
5. Luca Bigalk, VfB Fichte Bielefeld

#### bis 55 kg:

1. Niklas Gillenkirch, JC 66 Bottrop
2. Erik Grinkin, JC Koriouchi Gelsenkirchen
3. Bjarne Wurm, 1. Godesberger JC
3. Mikkel Häger, JC Koriouchi Gelsenkirchen
5. Artur Friesen, PSV Bochum
5. Hendrik Hantschke, Brühler Turnverein

#### bis 60 kg:

1. Phillip Pesterew, TSV Hertha Walheim
2. Bent Sachse, Sport-Union Annen
3. Falk Hobein, Sport-Union Annen
3. Oleksandr Nikulin, TG Neuss
5. Maxim Wegele, 1. JC Mönchengladbach
5. Niklas Jakobs, TSV Bayer 04 Leverkusen

#### bis 66 kg:

1. Jan Libuda, Sport-Union Annen
2. Marc Ivchenko, SSF Bonn
3. Benedict Wolsfeld, JC 71 Düsseldorf
3. Elias Radke, TSV Bayer 04 Leverkusen
5. Clemens Mauel, Brühler Turnverein
5. Vlad-Damian Russu, 1. JC Mönchengladbach

#### bis 73 kg:

1. Josef Ivchenko, SSF Bonn
2. Nikita Djinin, Selmer JC
3. Yoshiya Laleike, JC 71 Düsseldorf
4. Meris Pacariz, TV Wolbeck
5. Elias Dräger, JC 71 Düsseldorf
5. Emil Keding, TSV Hertha Walheim

#### bis 81 kg:

1. Armin Pacariz, TV Wolbeck
2. Björn Konrad, TSV Bayer 04 Leverkusen
3. Illa Lytvynchuck, Turngemeinde Münster
3. Jonathan van Heek, Beueler JC
5. Linus Schreiber, TV Freudenberg
5. Noel Gultschuk, JC Hennef

#### bis 90 kg:

1. Tymofii Hololbov, JC Schloß Neuhaus
2. Remus Buddenkotte, JC 66 Bottrop
3. Maximilian Gross, JC Hennef
3. Melik BenAbdallah, Judo Team Wesseling
5. Jakob Konze, TV Gerthe
5. Thomas Riehmer, Judoschule Bonn

#### über 90 kg:

1. Justus Galla, JC 66 Bottrop
2. Michel Bünger, Turnverein Löhne-Bahnhof
3. Tilo Wentzel, SV 08/29 Friedrichsfeld
3. Timo Debelius, 1. JJC Lünen





### Ergebnisse Frauen U 21

#### bis 48 kg:

1. Leticia Jung, Sport-Union Annen
2. Asal Ghaffar, JC Koriouchi Gelsenkirchen

#### bis 52 kg:

1. Marie Heeb, JC Hennef
2. Alexandra Gross, JC Hennef
3. Elif Nur Ürker, JC 66 Bottrop
3. Emily McNamara, JC 71 Düsseldorf

#### bis 57 kg:

1. Nehle Majken Wakup, JC 66 Bottrop
2. Kyra Brand, JC 66 Bottrop
3. Lisa Hiller, 1. JC Mönchengladbach
3. Soraya Günther, SSF Bonn
5. Clara Mey, PSV Krefeld
5. Leonie Wickert, TSV Bayer 04 Leverkusen

#### bis 63 kg:

1. Emily Gränitz, Sport-Union Annen
2. Katrin Zaytseva, JC 71 Düsseldorf
3. Jana Katharina Iwanek, JC 66 Bottrop
3. Lara Schulte, TuS Eichengrün Kamen
5. Sarah Kokoska, Budo Sportclub Linden
5. Verena Franke, Judo Sport Team Herten

#### bis 70 kg:

1. Ann-Sophie Stemplin, Brühler Turnverein
2. Jana Koch, Judoka Rauxel
3. Anika Baumbach, JC 71 Düsseldorf
3. Lea Sophie Blase, Bündler TV
5. Carolin Hillebrand, DSC Wanne-Eickel
5. Nele Hack, Aachener JC

#### bis 78 kg:

1. Judith Erpelding, Velberter JC
2. Melanie Collas, Velberter JC
3. Judith Suhrkamp, JC Bushido Köln
3. Lea Reinecke, JC Holzwickede

#### über 78 kg:

1. Maren Eggert, VfL Hüls
2. Ida-Luise Wilczek, 1. SC Lippetal
3. Franziska Will, DSC Wanne-Eickel

### Ergebnisse Männer U 21

#### bis 60 kg:

1. Erik Hobein, Sport-Union Annen
2. Eugen Müller, JC 66 Bottrop
3. Maxim Taran, JC Hennef
3. Nicolas Kutscher, JC 66 Bottrop
5. Guillaume Hübner, JC Koriouchi Gelsenkirchen
5. Lucian Gumny, PSV Duisburg

#### bis 66 kg:

1. Elias Ben Radke, TSV Bayer 04 Leverkusen
2. Ilyas Vinayev, JC 66 Bottrop
3. Kjell Kämmers, Sport-Union Annen
3. Lino Andrea Dello Russo, SSF Bonn
5. Kevin Werchau, Lüner SV
5. Leo Mattarei, Brühler Turnverein

#### bis 73 kg:

1. Artur Hofmann, JC 66 Bottrop
2. Maximilian Murawski, Brühler Turnverein
3. Luca Maximilian Fiedler, JC 66 Bottrop
3. Salambek Asakov, 1. JJC Hattingen
5. David Jannik Wien, DJK Adler 07 Bottrop
5. Tobias Straube, TV Kalterherberg

#### bis 81 kg:

1. Niklas Hirschfeld, Brühler Turnverein
2. Salamo Asakov, 1. JJC Hattingen
3. Jan Keding, TSV Hertha Walheim
3. Rudi Weber, JC Schloß Neuhaus
5. Felix Golland, Brühler Turnverein
5. Maik Nocke, JC Koriouchi Gelsenkirchen

#### bis 90 kg:

1. Jan Bäumer, JC Hennef
2. Jan-Luca Schmitz, PSV Duisburg
3. Arne Schorn, TSV Bayer 04 Leverkusen
3. Arthur Distel, TB Wülfrath
5. Alexander Kesting, 1. JC Mönchengladbach
5. Taffael Tiefenhoff, Brühler Turnverein

#### bis 100 kg:

1. Jean-Pierre Löwe, PSV Herford
2. Tymofii Hololobov, JC Schloß Neuhaus
3. Daniel Alexander Schmidt, JC 71 Düsseldorf

#### über 100 kg:

1. Justus Galla, JC 66 Bottrop
2. Tim Heintz, JC Hilden

### Medaillenspiegel der Bezirke U 18

	Gold	Silber	Bronze	Gesamt
Münster	6	6	4	16
Köln	6	3	9	18
Düsseldorf	2	3	8	13
Arnsberg	2	3	7	12
Detmold	2	2	2	6

### Medaillenspiegel der Bezirke U 21

	Gold	Silber	Bronze	Gesamt
Köln	5	2	6	13
Münster	4	4	4	12
Arnsberg	3	3	5	11
Düsseldorf	1	4	5	10
Detmold	1	1	2	4

HIERMIT BESTELLE ICH:

EXEMPLARE

„KOUKI UND DER SANFTE WEG“

Preis pro Stück: 13,00 Euro (Versandkosten bis 2 Exemplare: 3,00 Euro, bis 4 Exemplare 5,00 Euro, ab 5 Exemplare versandkostenfrei)  
Altersempfehlung: ab 4 Jahre;  
Gebundene Ausgabe, 32 Seiten, Maße 24,5x24,5cm  
Verlag: Migo;

BESTELLUNG ERFOLGT DURCH:

VEREIN

NAME

STRASSE UND HAUSNUMMER

PLZ UND ORT

Zahlung bequem und einfach via Sepa-Basislastschrift  
(Unsere Gläubiger ID: DE62ZZZ00000346016)

KONTOHABER/IN

BANKINSTITUT

IBAN

BIC

DATUM UND UNTERSCHRIFT

Einzugsermächtigung gilt nur für diese Bestellung.  
Lieferadresse, falls diese von der Bestelleradresse abweicht:

Vertrieb durch:  
Nordrhein-Westfälischer Judo-Verband e.V.  
Friedrich-Alfred-Allee 25 - 47055 Duisburg

BESTELLCOUPON AUSFÜLLEN UND ZUR GESCHÄFTSSTELLE  
DES NWJV SCHICKEN:

via Post: Nordrhein-Westfälischer Judo-Verband e.V.  
Friedrich-Alfred-Allee 25 - 47055 Duisburg

via Mail: carina.hagen@nwjv.de

# KOUKI UND DER SANFTE WEG

## JETZT DAS ERSTE KINDER-JUDO-BUCH DES NWJV BESTELLEN!

DAS BUCH ERZÄHLT DIE GESCHICHTE DES SCHÜCHTERNEN KOUKI, DER VON AN-  
DEREN KINDERN OFT GEHÄNSELT UND GEÄRGERT WIRD. EINES TAGES FÜHRT IHN  
EIN Roter PANDA NAMENS MAMORU IN EINE TRAUMWELT. DORT ZEIGEN IHN DIE  
JUDO-TIERKINDER MIMI, BÖLZ UND FRED WAS JUDO IST. FÜR KOUKI BEGINNT EINE  
ERLEUCHTENDE REISE ZU SICH SELBST, DIE MUT MACHT.

„KOUKI UND DER SANFTE WEG“ FÜHRT KINDGERECHT IN DIE JUDO-WELT EIN UND  
IST DAMIT DAS IDEALE BUCH FÜR KINDER AB 4 JAHREN.



WEITERE INFOS AUF:  
[WWW.NWJV.DE](http://WWW.NWJV.DE)



## Bezirkskader Düsseldorf in Hinsbeck

In Hinsbeck fand ein Trainingswochenende des U 15-Kaders aus dem Bezirk Düsseldorf statt. Unter der Leitung der Bezirkstrainer Uli Scherbarth und Stefan Heister wurde viel mit der Grundkampfkonzeption gearbeitet. Am Samstagabend gingen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zur Entspannung in die Trampolinhalle. Alle hatten sehr viel Spaß. Am Sonntag fand die letzte Trainingseinheit statt. Danach wurde zum Abschluss das Kämpferprofil durchgegangen.

Stefan Heister



## Sportlehrkräfte erhalten den 8. Kyu

Im Rahmen einer Praxis-Seminarveranstaltung der Sport-Fachseminare Hamm und Arnsberg (Gymnasium/Gesamtschule) in Kamen konnte der zuständige Fachseminarleiter und stellvertretende NWJV-Schulsportreferent Karlheinz Stump 19 Sportlehrkräften den 8. Kyu verleihen und ihnen die Berechtigung zur Vergabe des 8. Kyu im Schulsport erteilen. Die jungen Sportlehrerinnen und -lehrer präsentieren sich hier deutlich stolz mit Urkunden und dem weiß-gelben Gürtel.

### Schulungen zum neuen Graduierungssystem (8. bis 1. Kyu)

Die nächsten Termine für die Schulungen zum neuen Graduierungssystem im November und Dezember:

Montag, 14.11.2022, 18:00 - 21:00 Uhr Llstp. Bottrop  
 Montag, 28.11.2022, 18:00 - 21:00 Uhr Llstp. Duisburg  
 Sonntag, 4.12.2022, 10:00 - 14:00 Uhr Llstp. Düsseldorf  
 Montag, 12.12.2022, 18:00 - 21:00 Uhr Llstp. Witten

Weitere Informationen auf der NWJV-Webseite [www.nwjuv.de](http://www.nwjuv.de)



## „Aktion der Maus“ zur Mitgliedergewinnung

Am 3. Oktober öffnete der Budo Sport Kaarst seine Halle als Veranstalter im Rahmen des Projektes des WDR „Türen auf mit der Maus 2022“, um unter dem Motto „spannende Verbindungen“ interessierten Kindern zwischen drei und elf Jahren den Judo-sport nahe zu bringen. Ganz getreu dem Motto lag das Ziel des Trainerteams um Saskia Scherer darin, den Judo-sport als eine „verbindende“, partnerschaftliche Sportart zu präsentieren, in der die gegenseitige Wertschätzung der Partner bei der Ausübung von Techniken und im Ringen um einen Sieg überwiegt, begleitet von gemeinsamen Judo-Werten, die den Umgang miteinander bestimmen.

Insgesamt haben 64 Teilnehmer in drei Altersgruppen über den Tag verteilt das Rückwärtsfallen erlernt, die erste Judo-Technik im Stand ausprobiert und verschiedene Bewegungsspiele im Boden getestet. Sowohl Eltern als auch Kinder waren begeistert von der Aktion selbst und natürlich auch den kleinen Maus-Geschenken, die sie als Erinnerung mitnehmen durften. Eine großartige Aktion der Maus, die als Kindermagnet gewirkt hat und vielleicht den ein oder anderen neuen Judoka für den Budo Sport Kaarst gewinnen konnte.

Aus den Vereinen

## Die Verbandsliga- meister der Männer

Für die letzte „Budoka“-Ausgabe lagen uns die Fotos der Verbandsligameister der Männer noch nicht vor. Hier als Nachtrag der Meister der Verbandsliga Männer Nordrhein: JC Bushido Köln (unten); und der Meister der Verbandsliga Männer Westfalen: JV Siegerland (rechts)



trainersuchportal

## DIE OFFIZIELLE JOBBÖRSE FÜR TRAINER:INNEN UND VEREINE

**Ob Übungsleiter:in oder Vollzeit-trainer:in, ob Bambini-training oder Wettkampfsport: trainersuchportal, DIE Jobbörse im Sport, bringt bundesweit Trainer:innen und Vereine zusammen.**

trainersuchportal ist die beste Lösung bei der Trainer:innensuche im Breiten- und Leistungssport. Mit hunderten aktuellen Gesuchen und tausenden registrierten Trainer:innen ist für alle etwas dabei.

### **Jobsuche und Profile für Trainer:innen kostenlos**

Für Trainer:innen bietet das trainersuchportal die optimale Plattform, um Gesuche von

Vereinen zu sichten und sich die neusten Einträge direkt auf das Smartphone schicken zu lassen. Wer als Trainer:in proaktiv dafür sorgen möchte, von potenziellen Arbeitgeber:innen gefunden und kontaktiert zu werden, kann sich ein Profil erstellen und sich mit den persönlichen Qualifikationen präsentieren. Der Vorteil liegt hier klar auf der Hand: Vereine können sich direkt melden, sobald eine Stelle zu besetzen ist.

### **Gesuche für Vereine ebenfalls kostenfrei**

Das trainersuchportal kann über den Verband kostenfrei genutzt werden. Von dieser Kooperation zu profitieren, ist ganz einfach.

Unter [www.trainersuchportal.de](http://www.trainersuchportal.de) oder über die Verbandshomepage können mit einem Gutscheincode „Bronze-Anzeigen“ kostenfrei eingestellt werden.

Gutscheincode:  
**NWJV2022**

Eingestellte Anzeigen werden automatisch sowohl beim trainersuchportal, als auch auf der Stellenbörse des Verbandes veröffentlicht und erreichen damit optimale Sichtbarkeit für alle Interessierten.

Weitere Informationen gibt es unter:  
[www.trainersuchportal.de/verein](http://www.trainersuchportal.de/verein)

# NWJV-Vizepräsidentin hat geheiratet

Mitte Oktober heiratete die Vizepräsidentin des Nordrhein-Westfälischen Judo-Verbandes ihren langjährigen Partner Sebastian Frey, den Kata-Referenten im Deutschen Judo-Bund. Das Bild zeigt das frisch getraute Ehepaar Jennifer und Sebastian Frey mit einigen ihrer Hochzeitsgäste, u. a. dem Geschäftsführer des NWJV Erik Goertz, dem Ex-Präsidenten Andreas Kleegräfe, dem Sportwart des NWJV Uwe Helmich sowie dem DJB-Lehr- und Prüfungsreferenten Ralf Lippmann.



# Erfolgreiche Kampfrichterprüfungen

Zum Abschluss der diesjährigen Deutschen Meisterschaften der U 21 in Frankfurt/Oder gab es neben dem hervorragenden Abschneiden der NWJV-Athletinnen und Athleten einen weiteren Anlass zur Freude. **André Föbus** aus Herne stellte sich der Prüfung zum Bundes-A-Kampfrichter durch die Bundeskampfrichterkommission unter der Leitung von Stephan Bode.

Nachdem André bereits am Freitagabend die theoretische Prüfung hinter sich gebracht hatte, konnte er an den folgenden beiden Wettkampftagen mit absoluter Souveränität auf der Matte überzeugen. So bescheinigte ihm die Bundeskampfrichterkommission „sehr gute Leistungen“ und konnte folglich das Erreichen der höchsten nationalen Kampfrichterlizenz verkünden.

Anschließend konnte sich André die Glückwünsche vom anwesenden Teil der NWJV-Kampfrichterkommission abholen. „Wir wussten und wissen um Andrés Qualität als Kampfrichter. Sein auch an diesem Wochenende sicheres und korrektes Auftreten hat vom Beginn weg für entspannte Atmosphäre gesorgt und uns in keiner Sekunde an seinem Erfolg zweifeln lassen“, stellte der NWJV-Ressortleiter Kampfrichterwesen Christian Freese fest.



Stephan Bode, Karsten Labahn, Christian Freese, André Föbus, Panajotis Papadopoulos und Efkan Dink (von links nach rechts)



Christian Freese, Devin Bingham, Jessica Meier und Panajotis Papadopoulos (von links nach rechts)

Was eigentlich im Frühjahr geplant war, aber aufgrund der pandemischen Lage noch verschoben werden musste, wurde am Wochenende der Westdeutschen Einzelmeisterschaften der U 18 vollzogen: **Devin Bingham** von der PSVg Jahn Solingen legte bei der WdEM in Herne die Prüfung zum Bundes-B-Kampfrichter ab und überzeugte dabei mit souveränem Auftreten und sehr guter Leistung. So konnte der 25-Jährige am Ende die verdienten Glückwünsche seiner Kolleginnen und Kollegen sowie der anwesenden Mitglieder der NWJV-Kampfrichterkommission entgegennehmen.

„Devin ist ein vielversprechendes Kampfrichter-Talent, dessen super Entwicklung wir weiter unterstützen und fördern möchten. Und es freut uns, dass neben ihm noch weitere junge Kampfrichterinnen und Kampfrichter durch ihre Leistungen auf sich aufmerksam machen und nach höheren Lizenzen streben“, blickt Freese positiv in die Zukunft.

## Franz Ostolski ist tot

**A**ls ich am 22. September am Telefon diesen Satz hörte, wurde ich von der einen zur nächsten Sekunde traurig. Mir fiel es schwer, der Überbringerin der Nachricht zu antworten. Der ging es wohl wie mir; in klaren Sätzen redeten wir nicht. Mehr als 50 Jahre kannten wir Franz; etwa 40 davon sahen wir uns wöchentlich beim Training auf der Judomatte. Mit sich anschließendem Treffen in der Kneipe zum Fachsimpeln, Schwätzen und Reden; reden ist meist ernsthafter als schwätzen.

Zuletzt schwätzte und redete ich mit Franz als er seinen 87. Geburtstag feierte. „Na – Du alter Mann!“ war mein Gruß. Ich durfte ihn so anreden, sprach er doch meist selbst von sich als altem Mann. Doch dieses Mal antwortete er auf meinen Gruß „Von Wegen alter Mann – ich bin jetzt ein Hochbetagter, also noch älter als ein Greis!“ Er habe gelesen, erzählte er belustigt weiter, dass über 85-Jährige die alten Alten seien, die Hochbetagten.

Das Franz über sich selbst lachen konnte und lebenslustig war, wissen alle, die ihn näher kannten. Und jetzt ist dieser lebenslustige Mensch tot. Warum das so ist, liegt wohl daran, dass der Tod, der jedermanns gewisseste Zukunft ist, immer aufdringlicher wird und schließlich besiegelt, dass es für den, den er trifft, keine Zukunft mehr gibt. Was bleibt, ist Schmerz für die Angehörigen. Wenn der vergangen ist, ist freundliche Erinnerung wieder möglich.

Franz Ostolski fing am 1.2.1951 an, Judo zu machen. Im Jiu-Jitsu Club (JJC) Hilden. Das Verbot der alliierten Besatzungsmächte, im Nachkriegsdeutschland Judo zu machen, war erst seit drei Jahren aufgehoben. 1951 war auch das Jahr, wo in Frankfurt die ersten Deutschen Judo-Meisterschaften nach Kriegsende stattfanden. 1952 wurde das Deutsche Dan-Kollegium (DDK) unter dem Vorsitz von Alfred Rhode und 1953 der Deutsche Judo-Bund (DJB) unter dem Vorsitz von Heinrich Frantzen gegründet.

Hans vom Stein, ein Arbeitskollege von Franz und Gründer des JJC Hilden erzählte Franz von Judo und lud ihn zum Training ein. Im JJC Hilden fand Franz seinen Sport. Was ihm am Anfang fehlte, war ein Judoanzug, den es damals nirgends zu kaufen gab. Also nähte ihm seine Mutter einen aus einem Gewebe, das reißfest genug und unter der Bezeichnung Körper zu kaufen war. In diesem selbst genähten Judoanzug bestritt Franz schon am 3.11.1951 in der Klasse bis 80 kg seinen ersten offiziellen Wettkampf.

Die Prüfung zum 1. Dan bestand Franz am 6.9.1958. Die Prüfer waren Shuichi Nagaoka, seinerzeit einer der in Deutschland hauptberuflich unterrichtenden japanischen Judolehrer, Heinrich Frantzen, Max Hoppe und Klaus Münstermann, der spätere Kampfrichterreferent des DJB.

Fasse ich Franz' Erfolge als Einzel- und Mannschaftswettkämpfer zusammen, so sieht das so aus: Ein zweiter und zwei dritte Plätze bei Landesmeisterschaften, acht Kreismeistertitel, bei Kreismeisterschaften ansonsten zwei zweite und drei dritte Plätze. Hinzu kommen kaum nachzählbare Einsätze im Mannschaftsbereich für den Post SV Düsseldorf und für die Polizei SVg Jahn Solingen. Zu den besonderen Mannschaftserfolgen gehörten 1960 der Aufstieg mit dem Post SV Düsseldorf von der Landes- in die Oberliga und im Verlauf der siebziger Jahre der Aufstieg mit der Polizei SVg Jahn Solingen in die Regionalliga.

Parallel zu den Wettkämpfen hatte Franz Trainerlizenzen erworben und mit A-Lizenz auch Trainerpflichten übernommen, nämlich

- im Post SV Düsseldorf von 1958 bis 1963 und von 1977 bis 1978,
- im Universitäts-Sport-Club Düsseldorf von 1969 bis 1987,
- in seinem Ursprungsverein Judoclub Hilden von 1956 bis 1958 und von 1961 bis 2004 und schließlich
- in der Polizei SVg Jahn Solingen von 1959 bis 2009.

Auf Bezirks-, Landes- und Bundesebene war Franz von 1966 bis 1985 Kampfrichter und von 1968 bis 1995 Lehrgangsreferent, zunächst für die NRW-Landesgruppe des DDK und nach dem Zerwürfnis zwischen DDK und DJB für das Nordrhein-Westfälische Dan-Kollegium (NWDK). Lehrwart in der NRW-Landesgruppe des DDK war Franz von 1968 bis 1980. Ihr 1. und 2. Vorsitzender war er knapp zwei Jahre, von 1980 bis Juni 1982. Mitglied im Lehrausschuss des Nordrhein-Westfälischen Judo-Verbandes (NWJV) war Franz von 1990 bis 1995.

Der 6. Dan im Judo wurde Franz im Jahr 1977, der 7. Dan zwölf Jahre später und der 8. Dan im Jahr 2013 verliehen. Seit 1970 wurde Franz als Dan-Prüfer eingesetzt. Darüber hinaus setzte ihn das

NWDK regelmäßig als Wertungsrichter bei den NRW-Kata-Meisterschaften ein, waren ihm doch alle Kata, die im DJB gelehrt werden, in Praxis und Lehre geläufig. Wovon viele Judoka profitierten; nach meiner Erinnerung führte Franz wenigstens elf Judoka bis zum 5. Dan: Ilse Höltgen, Mario Sbardella, Peter Frese, Paul Klenner, Eckhard Walker, Tomaso D'Anello, Hans Hörster, Karsten Labahn, Swen Collas, Helge Welzel und mich.

Aufgehört, aktiv Judo zu machen, hat Franz im Sommer 2009 nach einer Hüftoperation. „Ich hätte gerne noch bis 2011 gemacht; dann wären 60 Jahre voll gewesen.“ Das war Franz' damaliger Wunsch. Ich dachte seinerzeit, dass sein Rückzug aus dem aktiven Judo ein Kraftakt für ihn war. Verzagt war er aber nicht. „Ich möchte hin und wieder teilhaben, zum

Beispiel als Prüfer oder vielleicht mal wieder auf der Matte.“ Dies war seine Antwort auf meine damals gestellte Frage, welche Bedeutung Judo für ihn hatte.

Mehrmals waren Franz und ich Zuschauer beim Judo-Grand-Prix in Düsseldorf. Bei einem sagte ich ihm, er solle sich mal vorstellen, Jigoro Kano hätte hier zusehen. Welche Beschreibung wäre Kanos wahrscheinlichste:

- „Wie nennt ihr diesen Sport?“
- „Ich bin überrascht, wie gut ihr mich verstanden habt.“
- „Ich hatte mir was anderes vorgestellt – aber das, was ich gesehen habe, war auch nicht schlecht.“

Franz entschied sich für die letzte Antwort, mit dem Zusatz „Glaube ich.“

Ich habe viel Judo von Franz gelernt, im Verlauf von über 40 Jahren. Und manches andere, was dazu gehört, auch: Wettkämpfer, Trainer, Lehrer, Prüfer, Funktionär. Franz bedeutete mir viel, mit der nötigen Distanz des Schülers zum Meister. Wenn auch hier die Tradition der Japaner gepflegt würde, dass der Schüler den Judogi seines Meisters wäscht, dann hätte ich das getan. Glaube ich.

Weiter oben in diesem Nachruf schrieb ich, dass der Tod besiegelt, dass es für den, den er trifft, keine Zukunft mehr gibt. Ich vergaß, hinzuzufügen: Jedenfalls nicht in diesem Leben.





## Verleihung des 6. Dan an Swen Collas

Bereits im November des letzten Jahres hatte der Ehrenrat des Deutschen Judo-Bundes entschieden, Swen Collas aus Velbert den 6. Dan im Judo zuzuerkennen.

Als Wettkämpfer erreichte er mehrfach Medaillen auf Westdeutschen Meisterschaften und Deutschen Hochschulmeisterschaften und kämpfte in der 2. Bundesliga für die JKG Essen sowie in der 1. Bundesliga für den JC 66 Bottrop. Er war Mitglied des NWJV-Landeskaders.

Er ist Bundes-B-Kampfrichter und Inhaber der Trainer A-Lizenz. Die von ihm betreuten Athleten Hannah Schatten, Marie König, Lisa Müller, Michel Schmitt, Daniel Jacko und Steffen Krüger erreichten Medaillen auf nationaler Ebene.

Bei der Sommerschule des NWJV war er mehrfach als Referent tätig. Swen Collas schrieb für den „Budoka“ und arbeitete in der Trainerausbildung des NWJV mit. Unter seiner Leitung richtete der Velberter JC Meisterschaften und Turniere bis zur westdeutschen Ebene aus. Seit sieben Jahren ist er als Geschäftsführer des NWWDK tätig und war viele Jahre stellvertretender Bezirksfachwart im Bezirk Düsseldorf.

Die passende Gelegenheit zur offiziellen Übergabe der Urkunde zum 6. Dan bot sich nun beim 3. Kampftag der Verbandsliga Nordrhein,

den der Velberter Judo-Club ausrichtete. Im Kreise der Sportler und vieler anderer Gäste überreichten der NWWDK-Präsident Wilfried Marx aus Düsseldorf (5. Dan) und das NWWDK-Ehrenmitglied Dr. Edgar Korthauer aus Essen (6. Dan) die Urkunde unter Applaus an Swen Collas. Anwesend waren unter anderem auch der Ligareferent des NWJV Ralf Drechsler aus Essen (6. Dan), der Kreiskampfrichterreferent Karsten Labahn aus Haan (6. Dan) sowie der frühere Bundestrainer der Frauen Michael Bazynski aus Kerpen (8. Dan).

Nach der offiziellen Verleihung folgten die Ligakämpfe. Daniel Jacko, den Swen Collas von klein auf betreut und ausgebildet hatte, gab dort seine Abschiedskämpfe. Er siegte zweimal mit Ippon. Danach ging die Veranstaltung in ein schönes Fest über, welches Dank gutem Wetter als Freiluftveranstaltung durchgeführt werden konnte. Bei Spanferkel und gegrilltem Lamm feierten ca. 60 Leute, unter anderem viele aktuelle und ehemalige Ligakämpfer des Velberter JC, wie zum Beispiel der Deutsche Jugendmeister von 1979 Bernd Rinkewitz. Extra aus Emden angereist war Günter Wilkesmann, der erste Trainer von Swen Collas.

Zum Schluss dankte Swen Collas allen, die mit ihm den Weg des Judo gegangen sind, insbesondere seiner Frau Claudia, ohne die dies alles nicht möglich gewesen wäre.

**Michel Schmitt**

## Neue Graduierungsordnung: Gut besuchter Lehrgang in Witten

In Witten fand der erste von drei Lehrgängen zur neuen Graduierungsordnung statt. Über 50 Teilnehmer aus ganz Nordrhein-Westfalen folgten der Ausschreibung für den in Kooperation von NWWDK und NWJV stattfindenden Lehrgang nach Witten. Die Teilnahme konnte auch zur Verlängerung von Kyu-Prüfer-Lizenzen genutzt werden. Die beiden Referenten Daniel Lachmann vom NWJV-Lehrteam und NWWDK-Lehrbeauftragter José Perreira führten durch neue Graduierungsordnung. NWWDK-Vizepräsident Wolfgang Thies, ebenfalls vor Ort, war zufrieden mit der großen Zahl interessierter Judoka im Landesleistungsstützpunkt Witten.

Aus dem Teilnehmerkreis wurden viele konstruktive Fragen gestellt, um die neue Graduierungsordnung auch im Detail zu durchdringen. Im Theorieteil wurden Themen wie die Umsetzung des 8. Kyu, die Namensgebung als Standard sowie die Standardsituationen im Boden angesprochen. Dazu wurden das Grundprogramm 7. bis 4. Kyu, das Erweiterungsprogramm 3. bis 1. Kyu und die Wahlfächer für den 1. Kyu vorgestellt.

Im darauffolgenden Praxisteil ging Daniel Lachmann konkret auf die neuen Prüfungsinhalte und die Anforderungen ein. Auch dabei gab es Fragen und Klärungsbedarf aus dem Teilnehmerkreis. Die praxisbezogenen Aufgabenstellungen wurden dann von den Teilnehmenden in Gruppen erarbeitet und anschließend im Plenum vorgestellt. Offene Fragen wurden dabei direkt geklärt.

Der nächste Lehrgang finden am Sonntag, 4. Dezember im Kata-Landesleistungsstützpunkt Düsseldorf, in der Ellerstraße 84, 40227 Düsseldorf statt.

**Frank Beyersdorf**



## Verletzungen – Der Albtraum aller Leistungssportler:innen

Plötzlich macht es „Peng“ und du spürst, da ist was kaputt gegangen. Auf den physischen Schmerz folgt der psychische. Du weißt, dass du erstmal nicht weitermachen kannst. Wenn's gut läuft, sind es vielleicht nur ein paar Trainingseinheiten, die du ausfällst. Vielleicht sind es aber auch Wochen oder Monate, in denen du nicht mehr das tun kannst, was du am liebsten tust: Kämpfen. Vielleicht verpasst du einen wichtigen Wettkampf, auf den du dich doch so gefreut und gerade vorbereitet hast, vielleicht ist die ganze Saison vorbei. Im schlimmsten Fall war es das mit der Karriere.

Ich werde nie den Moment vergessen, als mir der Arzt nach meiner Schulter-OP freudig mitteilte, dass ich wohl keine Asse beim Tennis mehr aufschlagen würde, aber wahrscheinlich wieder Judo machen könnte. Bis dahin war es mir gar nicht bewusst gewesen, dass ein Moment, einmal blöd auf die Schulter fallen, nicht nur OP und Reha bedeutet, sondern alles beenden könnte. Möglicherweise erreicht man auch nie wieder sein vorheriges Niveau oder kann nicht das erreichen, was ohne die Verletzung möglich gewesen wäre.

Für mich ist es gut ausgefallen. Nach meiner Verletzung habe ich alles hinterfragt und auf eine Karte gesetzt. Ein Jahr später war ich wieder zurück auf der Matte. Mit Erfolg. Dank der guten medizinischen

**Unsere Athletiktrainerin Miryam Roper erklärt das neue NWJV-Athletikkonzept für Nachwuchstalente.**



Betreuung, der Physiotherapie und Rehabilitation am Olympiastützpunkt, meiner Trainer:innen und der Entscheidung, mein Umfeld zu professionalisieren. Denn die Verletzung war nicht nur ein

### Interview Sara Wolsfeld

Sara Wolsfeld hat sich im Frühjahr das Kreuzband gerissen und musste operiert werden. Sie ist eine der ersten Athletinnen, die das Trainingsangebot für Verletzte in Köln wahrgenommen hat.

**Du hast Dir Anfang des Jahres das Kreuzband gerissen. Was hast Du gedacht, als Du die Diagnose gehört hast? Hattest Du Ängste oder Sorgen?**

„Zu dem Zeitpunkt wusste ich noch nicht, wie viel Arbeit es sein würde, auf mein altes Level zurückzukommen. Generell dachte ich, dass ich nach ein paar Monaten wieder direkt anfangen könnte. Als ich realisiert habe, dass das nicht möglich ist, hatte ich Angst davor, was ich alles in der Zeit meiner Rehabilitation verpassen würde. Jetzt habe ich natürlich nach langer Auszeit Angst wieder zu trainieren, weil ich nach einer falschen Bewegung wieder raus sein könnte. Das bereitet mir Sorgen.“

**Was waren für Dich schwierige Momente?**

„Die schwierigsten Momente waren für mich, wenn ich an einer Übung nicht weiterkam oder zu sehen, dass ich zum Beispiel bei Kniebeugen gefühlt von vorne anfangen musste. Es ist auch sehr schwer für mich gewesen, die anderen bei den Deutschen Meisterschaften kämpfen zu sehen. Ich durfte ja nicht mitmachen.“

**Wie läuft die Reha für Dich? Was läuft gut und was könnte besser laufen?**

„Die Reha läuft ziemlich gut. Ich habe zwar noch Schwierigkeiten bei der einen oder anderen Übung und bei den „Return to Sports“-Tests habe ich noch kleine Unterschiede zu meinem linken Bein, aber ich



arbeite sehr viel an mir und bin davon überzeugt, dass ich auch dabei meine alte Stärke wiedererlangen werde.“

**Was sind Deine nächsten Ziele?**

„Meine nächsten Ziele sind auf jeden Fall, dass ich wieder mit Judo anfangen und mein „come back stronger“ nach den jetzt schon sechs Monaten Pause. Ich hoffe, dass ich nächstes Jahr bei den Meisterschaften wieder dabei sein kann. Dafür muss ich aber erst noch ein paar Tests bestehen und mein Bein so gut wie es geht stabilisieren.“



dummer Zufall, sondern ein Produkt aus miserablen, kurzfristigem Gewichtmachen, Schlafmangel und Jetlag sowie inkonsequentem Krafttraining und suboptimalen Rahmenbedingungen. Diese schwere Verletzung war für mich ein wichtiger Meilenstein meiner Karriere. Vielleicht hätte ich ohne sie nicht das erreicht, was ich erreicht habe. Vielleicht aber auch mehr. Denn meine Schulterverletzung hat mich immer begleitet. Egal wie gut sie behandelt, gepflegt und mit Muskeln bepackt worden ist. Meine Schulter bleibt meine Schwachstelle und zwick immer wieder. Geflickt ist nicht wie neu.

Mit dem NWJV-Athletikkonzept für die U13/U15 möchte ich einen Beitrag dazu leisten, dass junge Talente die bestmöglichen Voraussetzungen bekommen, ihren Körper auf die Anforderungen des Leistungssports vorzubereiten und Verletzungsrisiken zu verringern. Dazu gehört ein gezieltes, altersgerechtes Athletiktraining aber auch eine gute technische Ausbildung auf der Matte. Wir können Defizite in der Mobilität und motorischen Kontrolle aufarbeiten und muskulären Dysbalancen entgegenwirken. Wir können unseren Athleten und Athletinnen, das Rüstzeug geben, das sie fürs Kämpfen benötigen. Allerdings beinhaltet das mehr als nur viel Kraft und eine gute Ausdauer. Wir müssen nicht nur eine gute Trainingseinstellung, sondern auch eine leistungssportgerechte Lebensweise fördern. Denn das vielleicht am meisten unterschätzte Verletzungsrisiko ist eine mangelnde oder schlechte Regeneration.

Erstmal ist es natürlich die Aufgabe der Trainer:innen, das Training, also das Verhältnis zwischen Belastung und Erholung, langfristig zu planen, sinnvoll zu steuern und auch kurzfristig an sich verändernde Bedingungen wie z. B. unterschiedliche Tagesformen anzupassen. Letztlich haben es die Sportler:innen aber selbst in der Hand, die wichtigsten Regenerationsmaßnahmen zu ergreifen. Gut zu essen und

gut zu schlafen kann ihnen niemand abnehmen. Allerdings liegt es in der Verantwortung von uns Trainer:innen, den Sportler:innen das nötige Wissen darüber zu vermitteln und ihre Eigenverantwortung bewusst zu machen.

Egal wie sehr wir uns bemühen, wie viele sinnvolle Maßnahmen wir ergreifen, Verletzungen sind im Leistungssport leider weder völlig auszuschließen noch vorherzusagen. Manchmal ist es auch einfach Pech. Wenn es passiert, dann müssen wir aus einer schlechten Situation das Beste machen. Denn jede Verletzung bietet auch immer eine Chance. Idealerweise haben wir uns auf den Ernstfall vorbereitet, wissen durch Leistungsdiagnostik und quantitative funktionelle Tests wie der Leistungsstand vor der Verletzung war und können dann im Rehabilitationsprozess auf diese Daten zurückgreifen.

Eine Verletzung ist nicht nur ein körperliches Trauma, sondern kann auch zu mentalen Problemen wie Ängsten und Depressionen führen. Deshalb ist es sinnvoll, bei einer Verletzung auch psychologische Unterstützung anzunehmen. Die Rehabilitationsphase ist mitunter frustrierend. Man fühlt sich abgehängt, manchmal allein gelassen, ist nicht mehr Teil der Trainingsgruppe. Deine Trainingspartner:innen haben Spaß auf der Matte, deine Konkurrenz zieht an dir vorbei und du sitzt hier, kannst nur zuschauen und gerade mal Übungen am Gummiband machen oder langsam Fahrrad fahren. So ging es mir zumindest damals.

Seit ein paar Monaten bietet der NWJV deshalb für alle Kaderathleten und Kaderathletinnen immer donnerstags um 17:00 Uhr im Bundesstützpunkt Köln ein Training für Verletzte an. Hier haben sie die Möglichkeit, sich mit Sportler:innen in der gleichen Situation auszutauschen und Teil einer Trainingsgruppe zu sein.

## Interview Andi Tölzer

Andreas Tölzer, Bronzemedailengewinner der Olympischen Spiele 2012 in London, zweifacher Vize-Weltmeister, Europameister und heute Bundestrainer der Männer U21 hat in seiner Karriere nicht nur Siege gefeiert, sondern sich nach vielen Verletzungen immer wieder an die Weltspitze zurückgekämpft.

### **Du hattest in deiner Karriere viele Verletzungen. Waren sie immer Fluch oder auch Segen?**

„Ich hatte alles Mögliche an Verletzungen. Auch einige, die schlimm waren. Dennoch habe ich es immer geschafft, wieder mindestens genauso stark zurückzukommen.“

### **Wie bist Du mit Verletzungen umgegangen? Hattest Du Ängste oder Sorgen?**

„Ich habe es recht schnell geschafft, die Momente des Schocks zu überwinden. Ein paar Tage war ich am Boden zerstört. Aber spätestens nach einer Woche habe ich die Verletzung akzeptieren können. Der nächste Schritt war, einen Plan zu machen, einen Weg raus aus der Verletzung zu finden. Ein Körperteil ist jetzt verletzt, aber was kann ich trotzdem machen? War die Schulter verletzt, dann trainiere ich eben die Beine, war es der Fuß, dann war der Oberkörper dran.

Vielleicht war es ein Verdrängungsmechanismus von mir, aber ich wollte nicht, dass die Verletzung im Vordergrund steht. Ich wollte etwas Positives in den Vordergrund stellen, um nach vorne zu schauen.“



### **Wer oder was hat Dir bei einer Verletzung geholfen?**

„Mein Umfeld war wichtig. Vor allem der Rückhalt von Familie und Freunden hat mir geholfen. Aber auch die Unterstützung der Trainer war enorm wichtig. Außerdem habe ich großen Wert auf eine vernünftig fundierte Meinung der Ärzte gelegt und mir, wenn nötig, eine Zweitmeinung eingeholt. Um die bestmögliche Betreuung und Behandlung zu bekommen, habe ich mitunter lange Strecken in Kauf genommen, bin zu unseren damaligen Verbandsärzten nach Nürnberg und Berlin oder zu einem Spezialisten bis nach Österreich gefahren.“

### **Was würdest Du rückblickend anders machen wollen? Was empfiehlst Du jungen Athletinnen und Athleten?**

„Ich bin oft sehr früh zurückgekommen. Das ging auch erstmal gut. Ich war erfolgreich. Manches Mal bin ich sicher zu früh zurückgekommen, dann kam oftmals auch eine weitere Verletzung, die vielleicht nicht nötig gewesen wäre. Zum Beispiel war 2001 mein Schleimbeutel im Knie entzündet und musste operativ behandelt werden. Im darauffolgenden Jahr habe ich mir am selben Knie das Kreuzband gerissen. Da frage ich mich schon, ob das mit einer längeren, konsequenten Reha vermeidbar gewesen wäre?

Heute würde ich Verletzungen komplett ausheilen lassen und den Return to Sport Prozess besser abstimmen.“

„Der Rückhalt von Familie und Freunden hat mir geholfen.“

# Vorgehen im Verletzungsfall von Kaderathleten und -athletinnen

Im Falle einer Verletzung sind eine gute und schnelle Versorgung und Betreuung das A und O. Der NWJV verfügt über ein medizinisches Netzwerk unter der Führung der Verbandsärzte Maxime Lambert (NWJV) und Christophe Lambert (DJB). Athletiktrainerin Miryam Roper ist im Verletzungsfall für alle Kaderathleten und -athletinnen die Ansprechpartnerin.

## Du bist Kaderathlet:in und hast Dich verletzt? Hier erfährst Du, wie es nun weitergeht.

1. Informiere deine zuständigen Trainer:innen, melde die Verletzung bei der ARAG Sportversicherung und fülle das Verletzungsprotokoll aus (siehe: [www.nwjb.de/jugend/nachwuchsleistungssport/verletzt-und-nun](http://www.nwjb.de/jugend/nachwuchsleistungssport/verletzt-und-nun))
2. Lass dich möglichst umgehend medizinisch untersuchen.
3. Informiere deine zuständigen Trainer:innen über die Diagnose und den Behandlungsplan.
4. Befolge die medizinischen Anweisungen von Arzt/Ärztin bzw. Physiotherapeut:in und stimme mit deinen zuständigen Trainer:innen einen einheitlichen Trainingsplan während deiner Rehabilitation ab.
5. Steige erst wieder ins normale Training ein, wenn du die offizielle Freigabe dafür erhalten hast.

## Kommentar von Verbandsarzt Maxime Lambert

Für mich ist es entscheidend, dass die Athleten und Athletinnen das medizinische Betreuungsangebot annehmen. Es ist wichtig, dass man frühzeitig kommuniziert, wenn etwas vorgefallen ist oder zwick, anstatt eine Verletzung zu verschleppen. Denn aus kleinen Verletzungen können oft große entstehen. Das ist keine Vermutung, sondern durch Studien belegt. Als Beispiel möchte ich die Teiltraktur des Innenbandes im Knie nennen. Wer damit einfach weitermacht, hat ein stark erhöhtes Risiko einer vollständigen Ruptur des Innenbandes, aber auch einer Verletzung des vorderen Kreuzbandes.

Wir verfügen mittlerweile über ein breites Netzwerk an Spezialist:innen aus Medizin, Physiotherapie, Rehabilitation und Athletiktraining und haben in der Abstimmung und Kommunikation zwischen den Teilbereichen vieles verbessert. Die Kaderathletinnen und -athleten, aber auch ihre Eltern, und Vereinstrainer:innen müssen wissen, an wen sie sich im Verletzungsfall wenden können, und dass sie in dieser Phase nicht alleine gelassen werden. Die Einführung des Verletzungsprotokolls ist dafür ein nächster Schritt, den Umgang mit Verletzungen zu professionalisieren und die Kommunikation weiter zu verbessern.

Wir müssen Verletzungen aber nicht nur generell ernst nehmen, sondern auch den Return to play-Prozess langfristig planen. Die Judo-Pause, unabhängig davon, wie lange sie dauert, kann man sinnvoll gestalten, um dann danach noch stärker zurückzukommen. Es sollte eigentlich sowohl den Athleten und Athletinnen selbst, aber vor allem den Trainer:innen bewusst sein, dass ein:e verletzte:r Athlet:in, der oder die (noch) nicht voll trainieren kann, beim Wettkampf nicht die optimale Leistung bringen kann und gleichzeitig ein erhöhtes Risiko



hat, sich schwerer zu verletzen. Meines Erachtens ist es da sinnvoller, den Wettkampf auszulassen und sich auf den nächsten Wettkampf vorzubereiten. Gerade im Seniorenbereich, wo es Wettkämpfe am laufenden Band gibt. Ich wünsche mir da mehr Flexibilität und auch den Mut das Turnier abzusagen, weil es im verletzten Zustand einfach nicht passt. Natürlich verstehe ich, dass es eine harte Entscheidung ist, gerade wenn man die finanzielle Seite berücksichtigt.

Für die Zukunft wünsche ich mir, dass wir uns mehr Zeit für die Aufdeckung von Risikofeldern nehmen. Wir sollten nicht erst auf Verletzungen reagieren, sondern sollten im Vorfeld Schwachpunkte ausmachen und ihnen durch zielgerichtete Trainingsmaßnahmen entgegenwirken. Es sollte zur Routine werden, Screenings mindestens einmal jährlich durchzuführen. Und das nicht erst im Spitzenbereich, sondern idealerweise schon mit den Jüngsten. Wir haben eine hohe Qualität an Talenten in NRW, aber keine Quantität. Umso bitterer ist es, wenn wir die wenigen Talente, die wir haben, an Verletzungen verlieren, die man hätte vermeiden können. Mein Rat an die Athletinnen und Athleten ist: Hört auf Euren Körper. Nehmt auch kleine Verletzungen ernst, meldet euch bei uns und lasst es abklären und haltet euch auch an die Empfehlungen. Euer Wohlergehen und euer sportlicher Erfolg liegen uns am Herzen. Aus eigener Erfahrung kann ich sagen, dass mit dem Kopf durch die Wand und die Zähne zusammenbeißen, niemand langfristig weiterbringt. Ich selber bin 16 Mal operiert worden. Ich weiß nicht, wie viele der Verletzungen davon unnötig waren, weil ich keine oder zu wenig Pause gemacht habe oder weil ich es nicht medizinisch untersuchen lassen wollte. In dieser Hinsicht können wir viel von Nationen wie Frankreich und Japan lernen, die sehr konsequent handeln und die Gesundheit der Athletinnen und Athleten in den Vordergrund stellen. Dort wird im Falle einer Verletzung das Turnier abgesagt und erst wieder gekämpft, wenn man fit ist.

Damit zeigt man als Trainer:in auch, dass man an die Athlet:innen glaubt und langfristig auf sie setzt. Das vermittelt nicht nur Vertrauen und stärkt das Selbstbewusstsein der Athlet:innen, sondern zeigt auch Wertschätzung, dass die Person selbst wichtig ist und nicht nur ein kurzfristiger Erfolg.

# Die Standwaage

Die Standwaage ist ein einbeiniges Kreuzhebemuster, das sowohl die motorische Kontrolle, Mobilität als auch die Balance fordert. Als Judoka ist es wichtig, auf einem Bein stehen zu können und auch gegen Widerstand die Balance halten zu können. Das Beherrschen der Standwaage ist zum Beispiel eine Voraussetzung, um Uchi-Mata erfolgreich werfen zu können. So ähnlich die beiden Bewegungen sind, umso mehr muss im Training auf die Unterschiede geachtet werden. Bei der Standwaage ist erst einmal nicht wichtig, wie weit das Schwungbein nach oben kommt, sondern dass von Kopf bis Ferse die Spannung gehalten wird und die Hüfte nicht aufdreht. Ob die Standwaage parallel zum Boden gehalten werden kann, hängt stark von der Beweglichkeit der Person ab.

## Progressionsreihe der Standwaage

- Level 1: Standwaage Slided mit Festhalten
- Level 2: Standwaage Slided
- Level 3: Standwaage
- Level 4: Bounds mit Standwaage



Arthur Akopjan demonstriert die Standwaage

Zum Erlernen der Technik sollten zuerst Start- und Endposition beherrscht werden, dann sollte der Weg von Start- zu Endposition kontrolliert ausgeführt werden. Beispielhaft möchte ich dir fürs Level 2 zeigen, wie du die Standwaage Slided coachen kannst.

## Startposition

Der oder die Athlet:in steht hüftbreit.

## Anleitung

1. Stell Dir vor, **du stehst mit einem Fuß auf einem High Heel.** Heb dazu deine Ferse an.
2. Schieb den Fuß nach hinten, bis du von Kopf bis Ferse ein Brett bist. Die Zehen bleiben komplett am Boden. Dein Standbein ist leicht gebeugt.
3. **Kipp das Brett nach vorne.** Aber nur so weit, wie es nicht knickt.
4. **Halt die Position für drei Atemzüge.** Wichtig ist, dass dein Körper von Kopf bis Ferse ein Brett ist, nicht dass das Brett parallel zum Boden ist.
5. **Setz das Brett sanft** auf den Zehenballen **ab** und komm in die Ausgangsposition zurück.

## Haltungsscheckliste

- 3-Punkte-Standfußkontrolle mit aktivem Fußgewölbe
- Standbein leicht gebeugt, Schwungbein möglichst gestreckt
- Hüftgelenke auf einer Höhe. Zehen des Schwungbeins zeigen zum Boden.
- Knöchel, Hüftgelenk, Schulter und Ohr auf der Schwungbeinseite in einer Linie
- Mund Boden, Zwerchfell und Becken parallel
- 3-Punkte-Kontrolle mit einem Stab (Hinterkopf, Brustwirbelsäule, Steißbein)



## Du hast noch Fragen oder willst Experten-Tipps zur Athletikübung des Monats?

Dann melde dich per E-Mail bei [Miryam.roper@nwjv.de](mailto:Miryam.roper@nwjv.de) zum Live-Online-Seminar am **Sonntag, 13. November 2022** von 11:00 bis 12:00 Uhr an.

Weitere Informationen zum Athletiktraining findest du auf unserer Webseite [www.nwjv.de](http://www.nwjv.de) unter Nachwuchsathletikkonzept.

# Original & Fälschung



ORIGINAL

Unser Bilderrätsel-Foto zeigt in diesem Monat das Kampfgeschehen bei den Westdeutschen Einzelmeisterschaften der U 18 in Herne. Wer findet die acht Fehler auf dem unteren Bild? (Foto: Erik Gruhn)

Die Lösung gibt es im nächsten „Budoka“.



FÄLSCHUNG

## Dynamisches Standrudern (Anreißen)

**Autoren:** Dirk Mähler und Marcus Temming  
**Fotos/Video:** Paul Klenner

Aus leicht vorgebeugter Stellung und schulterbreitem Griff die Hantel nah am Körper nach oben in Richtung Brust ziehen.

Dynamische  
Ausführung mit leichtem Gewicht  
15-25 Wiederholungen bei 4-5 Sätzen  
(Kraftausdauer)

4-6 Wiederholungen mit schwerem  
Gewicht für Explosivkraft



In der Endphase bis in die Zehenspitzen gehen und die Hüfte komplett strecken (explosive Ganzkörperstreckung).

Hier gibt es den  
Videoclip zu dieser  
Folge:



# Rhine-Ruhr 2025 FISU World University Games in Deutschland

Am 20. Oktober waren es noch 1.000 Tage bis Deutschland Gastgeber für 10.000 Sportlerinnen, Sportler und Offizielle aus knapp 170 Ländern bei den Rhine-Ruhr 2025 FISU World University Games sein wird. Vom 16. bis zum 27. Juli 2025 wird bei dem 18 Sportarten umfassenden Sportgroßereignis mehr als ein Hauch von Olympia durch die fünf Gastgeberstädte wehen.

Bei den Rhine-Ruhr Games werden erstmals auch Para-Sport-Wettbewerbe Teil der Spiele sein. Das Veranstaltungskonzept sieht die Nutzung von insgesamt 21 Sportanlagen an etablierten Standorten und auf Messeflächen in Bochum, Duisburg, Düsseldorf, Essen und Mülheim an der Ruhr vor. Die Sportstätten liegen innerhalb eines 25-Kilometer-Radius und sind durch ein dichtes öffentliches Verkehrsnetz verbunden.

Ergänzt werde die Wettbewerbe u.a. durch einen internationalen Wissenschaftskongress und ein kulturelles Rahmenprogramm sowie Fachtagungen zu Zukunftsthemen wie beispielsweise Nachhaltigkeit im und durch Sport, vernetzte Mobilität, Digitalisierung, Inklusion oder Duale Karriere von Spitzensportlerinnen und -sportlern.

Ausrichter der Rhine-Ruhr 2025 FISU World University Games ist der Allgemeine Deutsche Hochschulsportverband. Das früher als Universiade bekannte Event findet erstmals seit 1989 wieder in Deutschland statt.

Infos: [www.adh.de](http://www.adh.de) und [rhineruhr2025.com](http://rhineruhr2025.com)

## Unser Judo-Monatsrätsel / Lösungen aus Heft 10/2022, Seite 30

1. Bunkyo; 2. intellectual disability; 3. De-ashi-barai; 4. Utsuri-goshi; 5. Jerusalem; 6. Türöffner-Tag; 7. Inklusion; 8. Lothar Matthäus; 9. Laszlo Toth; 10. Dein erster Schritt zum schwarzen Gürtel; 11. Judo Top-Tour; 12. Willem Ruska; 13. Sore-made; 14. Taschkent; 15. Regina Philips; 16. 469; 17. 100 Gramm; 18. O-soto-gari; 19. Jujigatame; 20. Mahito Ohgo

ISSN 0948-4124		<b>Bestellschein</b>	
 <p>An den Dachverband für Budotechniken Nordrhein-Westfalen e.V. Geschäftsstelle Postfach 10 15 06 47015 Duisburg</p>	Bitte schicken Sie den „Budoka“ ab Monat _____ an nachfolgende Adresse. Ich/wir bezahle/n für 10 Ausgaben im Jahr 37,00 € / bei Bankeinzug 32,00 € (inkl. Versand). Bezugsjahr ist das Kalenderjahr. Das Abo läuft automatisch weiter, wenn es nicht mindestens sechs Wochen vor Ende des Bezugsjahres schriftlich gekündigt wird. Einzelhefte können zu einem Preis von 4,80 € (inkl. Versand) bezogen werden.		
	Name:		Vorname:
	Straße/Hausnr.:		
	PLZ:		Wohnort:
	E-Mail:		
	Datum/Unterschrift		
	Den „budoka“ bezahle/n ich/wir per Bankeinzug (jährlich) und erteile/n folgendes SEPA-Lastschriftmandat. Die Mandatsreferenz-Nr. und der Fälligkeitstermin werden Ihnen rechtzeitig vor dem ersten Einzug mit Rechnungslegung mitgeteilt. Ich/wir ermächtige/n den Dachverband für Budotechniken Nordrhein-Westfalen e.V. (DVB NW), Friedrich-Alfred-Allee 25, 47055 Duisburg (Gläubiger-Identifikationsnummer: DE08ZZZ00000346018) Zahlungen von meinem/unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise/n ich/wir mein/unser Kreditinstitut an, die vom DVB NW auf mein/unser Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich/wir kann/können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem/unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.		
	Kontoinhaber:		
	Anschrift des Kontoinhabers:		
	IBAN:		
	BIC:		
	Geldinstitut:		
	Datum/Unterschrift des Kontoinhabers		
<b>Widerrufsrecht:</b> Mir/uns ist bekannt, dass ich/wir diese Bestellung innerhalb von 14 Tagen (Poststempel) nach Datum der Bestellung schriftlich beim Dachverband für Budotechniken NW e.V. widerrufen kann/können.			
Datum/Unterschrift			

# Mehr Geld für Übungsleitungen und Umsetzung der Bewegungsoffensive gefordert

## Arbeitsgespräch von LSB-Führung mit Ministerpräsident Wüst in Düsseldorf

An dringlichen Themen herrschte in der Düsseldorfer Staatskanzlei wahrlich kein Mangel: In einem intensiven Arbeitsgespräch bei Ministerpräsident Hendrik Wüst in Begleitung von Sport-Staatssekretärin Andrea Milz haben LSB-Präsident Stefan Klett und der LSB-Vorstandsvorsitzende Dr. Christoph Niessen die Landesregierung nachdrücklich dazu aufgefordert, die ambitionierten Ankündigungen im Ende Juni veröffentlichten Koalitionsvertrag mit vereinten Kräften inhaltlich in die Tat umzusetzen und natürlich mit entsprechenden

Finanzierungen zu untermauern. So erinnerte das LSB-Führungsduo unter anderem an den konkreten Plan, eine Bewegungsoffensive für Kinder und Jugendliche – gemeinsam mit den Akteuren des Sports, der Jugendhilfe und den Kommunen – auf den Weg bringen zu wollen. „Gerade nach den Erfahrungen der Pandemie mit den negativen Auswirkungen von Bewegungsmangel könnte dies einen wirklichen Aufbruch im Kinder- und Jugendsport bewirken“, betonte Niessen.

Auch der Erhalt und die Stärkung des hauptberuflichen Fachkräftesystems für die Zusammenarbeit von Schulen und Sportvereinen im Ganztag befindet sich als zeitnah zu realisierende Aufgabe besonders im Fokus, darüber hinaus soll nach LSB-Hoffnungen die bei den NRW-Sportvereinen etablierte Übungsleiter-Pauschale von derzeit rund 7,5 Millionen Euro möglichst wieder auf das frühere Niveau von 11,5 Millionen Euro angehoben werden. Insgesamt diene der von gegenseitiger Offenheit geprägte Austausch vor allem dazu, erkennbare Fortschritte mit Blick auf die neue politische Vereinbarung zwischen Landesregierung und Landessportbund NRW zu erzielen, die im Januar 2023 zur Unterzeichnung kommen und die laufende Legislaturperiode absichern soll. „Dabei gilt es, die 14 identifizierten Handlungsfelder unserer Dekadenstrategie sowie die Beteiligung unserer Mitgliedsorganisationen immer im Blick zu behalten“, erklärte Klett.

(Quelle: LSB NRW)

## IMPRESSUM

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

50. Jahrgang 2022

**Herausgeber, Verlag, Redaktion, Anzeigen- und Aboverwaltung:**

Dachverband für Budotechniken Nordrhein-Westfalen e.V.  
Postfach 10 15 06  
47015 Duisburg  
Friedrich-Alfred-Allee 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 Medien GmbH  
Carl-Friedrich-Gauß-Str. 19  
47475 Kamp-Lintfort

**Anzeigenpreise:** Preisliste Nr. 6 vom 31.8.2017

**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 37,00 €

Bei Bankeinzug ermäßigt sich der Preis für das Jahresabonnement auf 32,00 €. Bezugsgebühren werden jeweils für das Kalenderjahr erhoben.

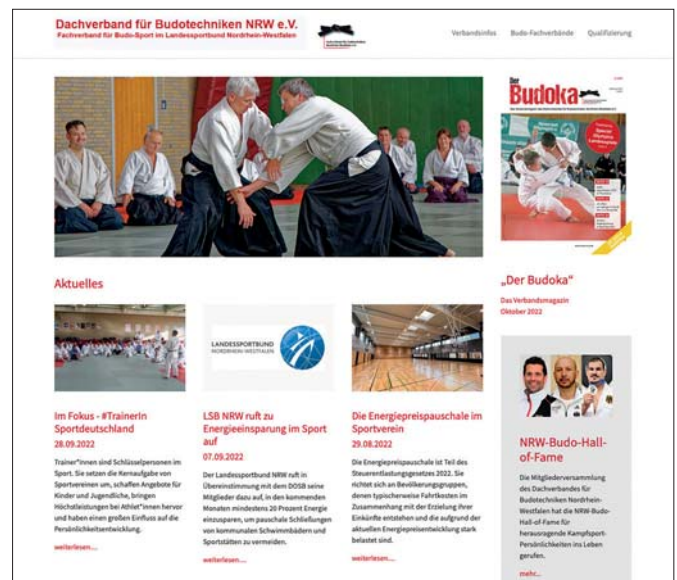
Einzelheftpreis: 4,80 €

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.



## Relaunch der DVB-Webseite

Der Dachverband für Budotechniken Nordrhein-Westfalen als Fachverband für Budo-Sport im Landessportbund Nordrhein-Westfalen hat seine Webseite [www.budo-nrw.de](http://www.budo-nrw.de) erneuert.

Neben Informationen zum aktuellen Tagesgeschehen gibt es zu allen Budo-Sportarten eine Beschreibung mit Kontaktdaten zu den jeweils angeschlossenen Fachverbänden. Links zu den Übersichten der Mitgliedsvereine auf den Webseiten der Fachverbände erleichtern dem Kampfsportinteressierten die Suche nach einem passenden Verein vor Ort. In der NRW-Budo-Hall-of-Fame werden herausragende Persönlichkeiten des Kampfsports aus Nordrhein-Westfalen vorgestellt.

Im umfangreichen "Budoka"-Archiv stehen alle Ausgaben der Verbandszeitung seit 2005 zum Download bereit. Abgerundet wird die Webpräsenz des Dachverbandes durch Mitgliederstatistiken und Qualifizierungsangebote.



# Vier Präsidenten aus vier Verbänden

Jubiläums- und Bundesseminar der Deutschen Jiu-Jitsu Union (DJJU) anlässlich des 40-jährigen Bestehens der DJJU

In Burgdorf bei Hannover fand ein Bundeslehrgang der DJJU statt, zu dem Präsidenten aus vier unterschiedlichen Verbänden als Referenten eingeladen waren. Die Veranstaltung war verbandsoffen und für alle interessierten Budoka ab zwölf Jahren gedacht. Ausrichter war die Jiu-Jitsu Union Niedersachsen. Der Ort in unmittelbarer Nähe zur Landeshauptstadt Hannover war für diese Veranstaltung sicherlich gut gewählt, weil er von vielen westlichen, nördlichen und östlichen Ballungszentren des Bundesgebietes aus gut zu erreichen war. Zum Jubiläum anlässlich des 40-jährigen Bestehens der DJJU waren folgende vier Präsidenten verschiedener Verbände anwesend, um das Bundesseminar der DJJU mit den anwesenden Budoka zu gestalten: Josef Djakovic (9. Dan Jiu Jitsu, Präsident des Deutschen Jiu Jitsu Bundes, DJJB), Gerhard Schmitt (7. Dan Jiu-Jitsu, Präsident der DJJU), Volker Gößling (7. Dan Hapkido, Präsident des Deutschen Hapkido Bundes) und Michael Haselein (4. Dan Brazilian Jiu-Jitsu, Präsident Brazilian Jiu-Jitsu Bund Deutschland). Anwesend war auch der gesamte Vorstand und die Landesleiter der DJJU. Als Ehrengast war Hugo Bleys (9. Dan Kiyoi Jiu Jitsu, Belgien) eingeladen.

Wer sich im Vorfeld auf der Seite „Bundesseminar“ der DJJU umgeschaut hatte, konnte viel über die Referenten, ihre *Einstellung zum Kampfsport, Leitgedanken für alle Schüler, Spezialisierungen im Kampfsport* und *Leitsprüche* lernen. So wurde an beiden Lehrgangstagen ein beeindruckender Querschnitt an Abwehrtechniken gegen Angriffe mit und ohne Waffen präsentiert, was einen bleibenden Eindruck hinterlassen hat. Der Lehrgang war mit etwa 100 Teilnehmern auf drei Matten gut besucht. Die verschiedenen Stilarten waren für die Teilnehmer interessant und lehrreich zugleich – sehr zur Freude der aus ganz Deutschland angereisten Budoka. Alle Referenten überzeugten durch ihre faszinierenden Techniken und ihr Können. Dies kam allen Anwesenden zugute, weil man das Gefühl hatte,

hier trotz aller Vielfalt der Stile an etwas Gemeinsamen zu arbeiten und das Eigene im Tun des Anderen auf der Matte zu erkennen und anzunehmen. Die gute Stimmung auf und abseits der Matte zeugte von Harmonie und Freude am gemeinsamen Tun. Dies spiegelt sich auch in den Leitsprüchen von DJJB: *Effektive Selbstverteidigung und traditionelle Werte* und von DJJU: *Gemeinsam mehr erreichen!* wider. In der Nähe von Hannover, wo bundesweit das beste Hochdeutsch gesprochen werden soll, stand hier das Deutsche als Sprache aber nicht im Vordergrund. Die gemeinsame Sprache war Budo! Was zählt, ist Begeisterung für Kampfsport und Kampfkunst. Und das kann gesagt werden – Lehrer und Schüler hatten eine Menge Freude beim gemeinsamen Üben der Techniken.

Harmonie  
und Freude am  
gemeinsamen  
Tun

Am Samstagabend ging es dann zum Abendessen in ein Restaurant, wo alle zusammen gegessen haben und den Abend bei interessanten Gesprächen und Geselligkeit gemeinsam ausklingen lassen konnten. Am Sonntag ging es wieder auf die Matte, wo die Lehrgangsteilnehmer weiter Techniken üben und über den Tellerrand hinausschauen konnten. Am Lehrgangsende überreichte Josef Djakovic dem Präsidenten der DJJU Gerhard Schmitt im Namen des DJJB als Glückwunsch zum Jubiläum für 40 Jahre DJJU eine Plakette.

Fazit: Geballte Kompetenz unter einem Dach im Geiste des Budo – ein voller Erfolg im Sinne des Europamottos in *varietate concordia* („Einigkeit in Vielfalt“) für unseren Kampfsport und unsere Kampfkunst!

Vielen Dank an Olaf Scher und sein Team vom Samurai Burgdorf als Gastgeber ...

Text: Volker Schwarz/Andreas Dolny  
Foto: Olaf Scher







## Selbstverteidigung für und mit Menschen mit Behinderungen

Zum ersten Mal nach der Corona-bedingten Veranstaltungspause fand in Köln-Godorf wieder ein Lehrgang zur Selbstverteidigung für Menschen mit Behinderungen statt. Als Ausrichter fungierte wie gewohnt die Jiu Jitsu-Abteilung des TuS Rondorf in Kooperation mit dem Deutschen Fachsportverband für Jiu Jitsu NRW und dem Sportbildungswerk Köln.

Auch das aufeinander eingespielte Referententeam war wieder präsent: Adam Kraska (6. Dan Jiu Jitsu, 3. Dan Aiki Jutsu), Karl-Heinz Muhs (3. Dan Jiu Jitsu, Fachsportlehrer Selbstverteidigung) und Bernd Parakenings (Trainer Selbstbehauptung und Selbstverteidigung). Zusätzlich ergänzte Nils van der Poel (1. Dan Jiu Jitsu, Übungsleiter C), der in den vergangenen Jahren zuverlässig und engagiert als Co-Trainer unterstützt hat, dieses Mal das Referententeam.

### Fachgespräche zu diversen Themen

Zwar war die Anzahl der Teilnehmenden deutlich geringer als vor der Corona-Pandemie, die Vielfalt hat jedoch nicht nachgelassen; das Teilnehmerfeld bot Betroffene mit unterschiedlichen Arten und Graden von Behinderungen, deren Freunde und Familienmitglieder sowie Trainer und Übungsleiter verschiedener Kampfsportarten, die ihre Übungsleiterlizenz verlängern und sich weiterbilden wollten. Das abwechslungsreiche Tagesprogramm hatte dabei für jeden etwas zu bieten und auch viele individuelle Wünsche wurden berücksichtigt und umgesetzt.

Im Laufe des Tages wechselten sich praktische Trainingseinheiten mit Fachgesprächen zu diversen Themen ab, um die körperliche Belastung für alle Anwesenden im erträglichen Rahmen zu halten. Warme und kalte Getränke sowie Kuchen und kleine Snacks hielten die Teilnehmenden bei Kräften. Um 16:00 Uhr endete der praktische Teil des Lehrgangs und die Gespräche wurden wie in den Vorjahren in einen nahegelegenen Kleingarten verlegt, wo bereits ein heißer Grill und ein Salatbuffet die erschöpfte Meute erwartete.

## In Gedenken an Frank Dirkschneider



**Frank Dirkschneider, 6. Dan (1962-2022)**

Der DFJJ NRW trauert um sein langjähriges Mitglied und Trainer Frank Dirkschneider (6. Dan). Frank hat das Jiu-Jitsu-Training 1984 im Alter von 21 Jahren begonnen. Seine Graduierung zum Meister (1. Dan) hat er acht Jahre später erreicht. Seitdem war Frank als Trainer sowohl bei der Kindergruppe des Bojutsu Bochum als auch beim Erwachsenentraining aktiv. Als 2. Vorsitzender und Abteilungsleiter Jiu-Jitsu hat Frank auch organisatorisch viele Jahre die Geschicke des Vereins Bojutsu Bochum mitgeleitet.

Auch in unserem Verband hat sich Frank regelmäßig engagiert. So hat er jahrelang die Jugendlehrgänge als Betreuer und Leiter begleitet. Frank hat viele Jiu-Jitsuka, vom Anfänger bis zum Meister, mit seinem fröhlichen, geduldigen und freundschaftlichen Wesen geleitet und ausgebildet. Er war immer – egal ob auf der Matte oder daneben – für seine Schüler da. Als Anerkennung für seine Leistungen hat er noch im Juni 2022 den 6. Dan verliehen bekommen und trug somit den Rang eines Jiu-Jitsu-Großmeisters.

Wir haben mit Frank nicht nur einen Sensei verloren, sondern auch einen guten Freund und Zuhörer, einen tollen Uke und einen engagierten Förderer unseres Sports und des Vereins- und Verbandslebens. Er wurde 60 Jahre alt und verstarb am 15. September 2022 nach langer, schwerer Krankheit. Unser Beileid gilt seiner Familie, Anverwandten und Freunden.

Frank, Du wirst immer einen Platz in unserem Dojo und ganz speziell in unseren Herzen haben. Wir werden Dich nie vergessen.

Dōmo arigatō. Sayonara Frank!



## Herzebrocker Sportverein organisierte die Landesmeisterschaften



Am 10. September 2022 fanden zum ersten Mal seit Beginn der Corona-Pandemie die Hapkido-Landesmeisterschaften des Nordrhein-Westfälischen Hapkido-Verbandes statt. Ausrichter war in diesem Jahr der Herzebrocker Sportverein. Mit Unterstützung durch den NWHV wurde reibungslos durch das etwa sechsstündige Turnier geführt. Für Snacks und Getränke war ebenfalls gesorgt.

Auch wenn viele Vereine noch dabei sind, sich zu erholen, wurde das Turnier gut besucht und die Halle war durch die vielen Besucher gut gefüllt. Die Qualität der Teilnehmer war ebenfalls auf einem sehr hohen Niveau, so dass sich die Meisterschaften nicht vor bisherigen Landesmeisterschaften verstecken brauchten. Nach einem langen Tag konnten alle Sieger und Platzierten ihre verdienten Pokale und Urkunden in Empfang nehmen.

Der Dank geht an den ausrichtenden Verein aus Herzebrock für die hervorragende Vorbereitung und das Catering, den Johanniterdienst, der zum Glück keine ernsthaften Verletzungen behandeln musste, sowie die eingesetzten Wertungsrichter.





## Bereit für die German Open

Eine Woche vor den German Open in Gelsenkirchen fand noch ein Kaderlehrgang im Dojo vom Bushido Ryu Gelsenkirchen statt. Einige unserer Athleten und Athletinnen fehlten krankheitsbedingt, so dass der überwiegende Teil der 19 Sportlerinnen und Sportler über wenig Wettkampferfahrung verfügte.

Nach dem Aufwärmen starteten die Randori. Hier zeigten sich Mängel in den Bereichen Distanz, Körperspannung, wettkampfgerechter Technikanwendung. Teilweise fehlte die Bereitschaft, sich einem Randori zu stellen. Viele Sportler schienen noch nicht beim heutigen Kaderlehrgang angekommen zu sein. Dies wurde vor der Pause von den Trainern Uli Muchow und Chris Bazant freundlich aber bestimmt angesprochen.

Nach der Pause wurde mit Koordinationsleitern, kleinen Hürden und Turnringen ein variabler Parkour aufgebaut. Hier konnten die Sportler die Elemente Koordination, Schnelligkeit, Ausdauer und nicht zuletzt



Stressresistenz und den Willen trainieren. Die darauffolgenden Randori wurden nach der Traineransprache nun ernsthafter geführt und so auch qualitativ besser.

Vor der Ausbrenneinheit trainierten die Athletinnen und Athleten ihre Spezialwürfe auf einer Wurfmatte. Für die Ausbrenneinheit selbst sorgte der gute alte Medizinball dafür, dass die letzten Reserven unserer Sportlerinnen und Sportler auch noch verbraucht wurden. Für sie beginnt jetzt die aktive Ruhephase vor dem Wettkampf.

## Lehrreferent Wolfgang Kroel leitete seinen 400. Lehrgang

Was für ein Zufall ... ausgerechnet beim Ju Jutsu-Landeslehrgang beim TV Littfeld leitete der Lehrreferent des NWJJV Wolfgang Kroel, 9. Dan, seinen 400. Lehrgang. Dies nahm der ausrichtende Verein TV Littfeld zum Anlass eine besondere Ehrung durchzuführen. Sascha Wege, Abteilungsleiter TV Littfeld und Bezirksvertreter Siegen, nahm die Ehrung standesgemäß im Anzug zu Beginn des Lehrganges vor. Anschließend übergab Sascha den Lehrgang an Wolfgang.

Mit einer abwechslungsreichen Aufwärmgymnastik stieg Wolfgang in den Lehrgang ein und brachte die Teilnehmer auf Betriebstemperatur. Nach einer kurzen theoretischen Einführung zur „Kontrolle der Situation“ begann Wolfgang mit einfachen Kombinationen und stellte ein-drucksvoll das ständige Beherrschen des Angreifers heraus, um jede weitere Angriffshandlung auszuschließen.

Im weiteren Lehrgangsverlauf unterrichtete er Sicherungstechniken, Atemtechniken und die Wahrung von Distanzen, um nach erfolgter Verteidigungshandlung den Angreifer ständig zu kontrollieren und stets die Verhältnismäßigkeit zu gewährleisten. Die optimale Vermittlung des Lehrgangsthemas sowie der methodisch aufgebaute Lehrgang brachte auch den anwesenden Trainern wertvolle Erkenntnisse für ihre Vereinsarbeit.

Sascha Wege





Fazit: Nach etwas holprigem Start sind unsere Kämpferinnen und Kämpfer bereit für die German Open! Eine besondere Erwähnung verdienen Tyana Clemens und Judith Plasil. Beide Sportlerinnen können verletzungsbedingt nicht bei den German Open starten. Trotzdem

nahmen sie am Lehrgang teil, trainierten im Rahmen ihrer Möglichkeiten und hielten nicht zuletzt unseren hervorragenden Team Spirit hoch. Und ich bedanke mich wieder bei Klaus Jürgen Sieberg für die vielen Fotos, die er mir uneigennützig zur Verfügung gestellt hat.

**Stefan Kochsiek**



## Kindgerechte Vermittlung von Ju Jutsu-Techniken

Endlich war es soweit. Der TV Littfeld hat zum Jugendlehrgang mit Wolfgang Kroel eingeladen.

Nach der formellen Begrüßung brachte Wolfgang die Kinder mit unterschiedlichen Spielen aus den Bereichen Koordination, Kraft und Beweglichkeit erst einmal auf Betriebstemperatur. Anschließend wurden unterschiedliche Bewegungsaufgaben mit dem Partner trainiert – um auf das Lehrgangsthema „Kombinationen im Ju-Jutsu“ vorzubereiten.

Im Anschluss wurden unterschiedliche Kombinationen in verschiedenen Schwierigkeitsgraden unterrichtet und je nach Leistungsstand der Kinder entsprechend angepasst. Zur Lernerfolgskontrolle ließ Wolfgang die Kinder zwischenzeitlich ihre Technik vor allen Teilnehmern demonstrieren. Die Kinder zeigten sich hierbei hoch motiviert und hatten sichtlich Spaß daran.

Die kindgerechte Vermittlung von Ju Jutsu-Techniken sowie der methodisch aufgebaute Lehrgang brachte auch den anwesenden Trainern wertvolle Erkenntnisse für ihre Vereinsarbeit. Wir bedanken uns beim Ju Jutsu Team Littfeld, Sonja und Sascha Wege, für die gelungene Ausrichtung.

**Drei Autoren des NWJJV**



# Techniklehrgang mit Wolfgang Kroel im Bezirk Aachen

55 JJ-Sportler haben beim NWJJV-Technik-Lehrgang mit Referent Wolfgang Kroel, 9. Dan JJ, ihr Bestes gegeben. JJ-Sportlerinnen und Sportler, Jugendliche und Senioren, Mädchen und Jungen, Frauen und Männer aus zwölf verschiedenen Vereinen waren anwesend, darunter eine stattliche Anzahl an Dan-Trägern. Die Teilnehmer bildeten damit einen repräsentativen Querschnitt des JJ-Sports in NRW und im Bezirk Aachen.

Die spannenden Themen von Referent Wolfgang Kroel haben Sportler aus über 180 Kilometer Entfernung zu einem der am westlichsten gelegenen Vereine des NWJJV, zum Rurberger SV, in die Nordeifel nach Simmerath geführt. Ein besonderes und vermutlich seltenes Ereignis war jedoch, gleich zwei Sportler mit den 9. Dan Ju-Jutsu „auf der Matte“ anzutreffen. Denn neben Wolfgang Kroel war auch Robby Prümm, 2. Vorsitzender des RSV und Ehrenabteilungsleiter der JJ-Abteilung, vor Ort. Beiden Großmeistern war die Freude am Sport auf der gleichen Matte deutlich anzusehen.

Wolfgang Kroel hatte gleich zwei Themen im Gepäck. Im ersten Teil des Lehrgangs wurden „kombinierte Abwehrtechniken“ behandelt, im zweiten Teil dann die „Waffenabwehr“ gegen Messer. Durch ein zweigeteiltes Aufwärmtraining wurden die Sportler auf „Temperatur“ gebracht. Nach dem allgemeinen Aufwärmen wurden unterschiedliche Angriffe mit geeigneten Bewegungsformen und Abwehrtechniken abgewehrt. Danach wurden verschiedene Kombinationen in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden dargestellt. Besonderes Augenmerk legte Wolfgang Kroel auf die perfekte Umsetzung der einzelnen Abläufe innerhalb der gesamten Verteidigungshandlung.

Nach erfolgreicher Bewegungsform wurde durch den kombinierten Einsatz von zwei Abwehrtechniken ein größerer Schutzbereich abgedeckt als im Vergleich zu einer einzelnen Abwehrtechnik. Ergänzend wurde die Abwehrtechnik in Verbindung mit einer Atemtechnik auf Muskelpartien und Nervendruckpunkten der angreifenden Extremität in unterschiedlichen Kombinationen unterrichtet und erläutert. „Die ständige Kontrolle des Angreifers – während der gesamten Abwehrhandlung – ist Voraussetzung für eine erfolgreiche Kombination.“

Den zweiten Teil des Lehrganges widmete Wolfgang Kroel der Abwehr gegen Messerangriffe. In unterschiedlichen Kombinationen demonstrierte er anschaulich, dynamisch und sehr effektiv den Lehrgangsteilnehmern Abwehrmöglichkeiten aus den Bereichen reale Selbstverteidigung und aus dem JJ-Prüfungsprogramm. Es wurde eindringlich darauf hingewiesen, dass die Abwehr von Messerangriffen



Robby Prümm und Wolfgang Kroel, beide 9. Dan Ju Jutsu

eine besondere Herausforderung darstellt. Nur durch den „harten und gezielten Einsatz von Störtechniken“ gegen den Angriffsbereich oder Vitalpunkte können Folgeangriffe verhindert und eigene Folgetechniken vorbereitet werden. Ziel ist die konsequente „Zerstörung“ des Angreiferhaltens unter Beachtung der Eigensicherung.

Fazit aller Teilnehmer war, dass der Referent Wolfgang Kroel effektive und hocheffiziente Verteidigungstechniken deutlich nachvollziehbar gezeigt und für alle Teilnehmer verständlich geschult hat. Referent, Ausrichter und die Lehrgangsteilnehmer zeigten sich abschließend erkennbar hoch zufrieden.

Gerne hat die Ju Jutsu-Abteilung des Rurberger SV den Lehrgang in der Simmerather Sporthalle durchgeführt. Danke an die tatkräftige Unterstützung der JJ-Sportler für die Unterstützung beim Auf- und Abbau der Matten. Für den reibungslosen administrativen Ablauf sorgte der NWJJV-Bezirksbeauftragte Aachen, Werner Petersen aus Heinsberg.

Michael Bauer

Foto: Rurberger SV/Björn Mertens

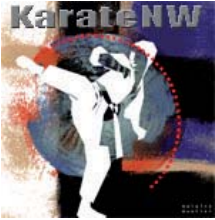
## Ju Jutsu „Kurz und bündig“

Eine tolle Kulisse bot sich beim PSV Dortmund. Ca. 70 Teilnehmer waren zum Lehrgang mit Lehrreferent Wolfgang Kroel angereist, um sich in der Thematik Ju-Jutsu „Kurz und bündig“ beschulen zu lassen. Nach einem zielgerichteten Aufwärmprogramm wurde zum Einstieg mit diversen Angriffen die Abwehrkette perfektioniert. Hierbei galt es den ganzen Körper des Angreifers im Blick zu behalten, um jederzeit reagieren zu können. Ein besonderes Augenmerk galt hierbei der Beweglichkeit des Verteidigers (nicht versteinern, sondern flexibel und ökonomisch reagieren).

Um auch unter Stress die Abwehrtechniken abrufen zu können, hatte der Lehrreferent ein übersichtliches Repertoire an Techniken im Gepäck. Leicht erlernbar und nicht zu lange Abwehrfolgen, um den Gegner schnell abzuwehren, zu schwächen oder auszuschalten. Ein rundum gelungener Lehrgang, eine volle Halle und begeisterte Schüler.

Wolfgang Kroel





# Basiselemente des Jiyu-Ippon-Kumite

Wichtige Aspekte zur Ausführung des Kumites als Grundlage für weiterführende Übungen bis hin zur freien Selbstverteidigung (= SV)

Text und Fotos: Detlef Krüger, Karate Dojo Shotokan Herford

Fortsetzung aus „Budoka“ 7-8/2022

## Rollenverhalten

Dieses ist nach meiner Meinung der wichtigste Punkt des 10-Punkte-Katalogs des J-I-K. Das Wahrnehmen der jeweiligen Rolle und das damit verbundene Verbleiben dieser trägt entscheidend zum Gelingen der Verteidigungsarbeit bei. Durch das konsequente Einhalten der Rollen (A und V) kann gegenseitige Hilfestellung geleistet werden.

Durch die jahrelange Konditionierung auf V (→ „keinen Treffer zulassen“) und Automatisieren der entsprechenden Reaktionen, fällt es Teilnehmern oft schwer, sich willentlich über diese Automatismen hinwegzusetzen. Auf diese Weise verlässt dann A unbewusst seine Rolle während der Übung und dient dem V nicht mehr als Helfer, da er nicht mehr wie ein Angreifer agiert.

Diese Verhaltensmuster, die zunächst einem V zuzuordnen sind, sollen das verdeutlichen: - Abwehren eines Schlages/Trittes (der A ist darauf zunächst nicht eingestellt)

- **Passives Blockieren** durch übertriebenes **Schließen der Deckung** (Auch hier ist der A zunächst nicht defensiv; dieses Verhalten resultiert aus → siehe Vorwissen)
- **sofortiges Ausrichten** nach einer Aktion zeigt A dieses Verhalten, so vermischt er die Rollen. V hat dadurch Nachteile beim Üben der Verteidigungsarbeit. Es fehlt an dieser Stelle dem A die Übersicht. Er soll durch seine Übersicht dem V helfen!

### Hinweise für Trainer:

- Beim aktiven Blockieren des Konterns von V kann dieser nach Phase 2 nicht weiter üben; das ist auch der Fall, wenn sich A nach dem Angriff sofort zurückzieht (= unnatürliches Angreiferverhalten! Frage: zieht sich ein A nach einem Fehlversuch zurück?)
- Beim passiven Blockieren (= Deckung) verwehrt A dem V – meistens unbewusst – das Erreichen des Konterziels
- Beim sofortigen Ausrichten von A entstehen für V immer die gleichen (frontalen) Kontertsituationen, muss also nicht ständig neue Situationen bearbeiten, Schwachpunkte finden etc.... (→ siehe auch Handlungsspektrum)

*Die einfache Lösung für die Problematik des Einhaltens der Rolle ist, dem A vorzugeben, nach seinem Angriff 1 Sekunde in der erreichten Position in freier Haltung zu bleiben.*

Der A richtet sich nach seinem Angriff nicht unmittelbar aus. Dadurch entsteht für den V die Situation, einen nicht frontalen Konterpunkt zu erkennen. Der A könnte den Konter (mit seinem Vorwissen) leicht durch Herunterziehen des Führarms verhindern. In seiner Rolle als A erträgt er diesen Umstand und hilft damit seinem Trainingspartner (siehe Fotos 1-3)





In diesem Beispiel würde es dem A durch das Ausweichen des Verteidigers noch leichter fallen, die Kontersituation „zunichte“ zu machen. Der Konter erfolgt frontal. In Bild Nr. 5 könnte der Angreifer die Deckung schon im Ansatz schließen und durch eine kleine Körperdrehung die Frontalstellung herstellen. Auch hier wird dem Verteidiger durch bewusstes Verzichten geholfen.



**Für alle Kontersituationen gilt:**  
Im fortgeschrittenen Trainingsstadium sollte die entstandene Position des Angreifers schnellst möglich aufgelöst werden, wenn der Verteidiger den Konter nicht in dem Sekunden-Zeitfenster platziert.



## Deutsche Meisterschaften am 14. Mai 2022 in Bochum

### Kumite Einzel Männer

#### 9-11 Jahre / 6. Kyu:

- Alexander Nötzold, Shotokan Braunschweig
- Reik Babev, HKC Magdeburg-Barleben
- Tillmann Joerßs, KD Ochi Hennef
- Michael Grüner, Pulheimer Sport-Club

#### 9-11 Jahre / 5.-1. Kyu:

- Jakob Kroetsch, kiko KD Hannover
- Luka-Rocco Grgic, Bushido Siegen
- Fionn Oste, TSV Wolfskehlen
- Jakob Kroetsch, kiko KD Hannover

#### 12-13 Jahre / 6. Kyu:

- Simon Maier, Shotokan Karate Bad König
- Ben Heil, Karate Dojo Ochi Bonn
- Munzur Ali Bozkaya, KD Bushido Hagen
- Nelson Töws, KD Rotenburg/F.

#### 12-13 Jahre / 5.-4. Kyu:

- Gabriel Groß, TSG Stuttgart
- Julian Böttger, Bushido Siegen
- Thorben Banse, KD Ochi Hennef
- Felix Ottenbreit, KD Ochi Troisdorf

#### 12-13 Jahre / 3.-1. Kyu:

- Tim Kaschlaw, HKC Magdeburg-Barleben
- Noah Baumert, kiko KD Hannover
- Liam Köppe, Shogun Bremen
- Linus Wolff, Shotokan Göttingen

#### 14-15 Jahre / 5.-4. Kyu:

- Fabrizio Karlinger, KD Immenstadt/Stein
- Fynn Hartstock, Okinawa-te Wattenscheid
- Lukas Gander, TV Busihdo Tamm
- Finn Sprenger, 1. Viernheimer KD

#### 14-15 Jahre / 3.-1. Kyu:

- Lucas Elvers, HKC Magdeburg-Barleben
- Marcel Pulaj, kiko KD Hannover
- Lion Laurisch, Tonbo Dojo Berlin
- Justus Rudel, Fuji San Münster

#### 16-17 Jahre / 3. Kyu - Dan:

- Vladislav Dudarenko, Karate Zentrum Pforzheim
- Jamal Aful, TSG Stuttgart
- Kai Freese, Fuji San Münster
- Cengiz Ouseinoglou, kiko KD Hannover

#### 18-20 Jahre / 3. Kyu - Dan:

- Maxim Häußler, 1. Viernheimer KD
- Filip Buljeta, Karate Dojo SV 1880 München
- Huy Bui Ngoc, HKC Magdeburg-Barleben
- Valentin Hausser, KD Immenstadt/Stein

#### 21-99 Jahre / 3. Kyu - Dan:

- Tarek Ebida, kiko KD Hannover
- Tom Pribernig, TV Bushido Tamm
- Daniel Wessendorf, Okinawa-te Wattenscheid
- Dennis Klassen, KD Ochi Troisdorf

### Kumite Einzel Frauen

#### 9-11 Jahre / 6. Kyu:

- Kristina Drobova, KC Shotokan Darmstadt
- Sofia Bogojevska, kiko KD Hannover
- Annika Thoma, Pulheimer Sport Club
- Emma Rybacki, Fuji San Münster

#### 9-11 Jahre / 5.-1. Kyu:

- Femke Domscheidt, Fuji San Münster
- Tara Baumgarten, Karate-Fitness-Dojo-Konstanz
- Heidi Peters, Bushido Siegen
- Jana Felk, KDS Reichenberg

#### 12-13 Jahre / 6. Kyu:

- Hanna Steinhof, Shotokan-Karate-Dojo-Singen
- Halima Naamani, Okinawa-te Wattenscheid
- Sarah Medina Rezevcinan, Pulheimer Sport Club
- Mathilda Abert, Shotokan-Karate-Dojo-Singen

#### 12-13 Jahre / 5.-4. Kyu:

- Amy Schneegass, KD Ochi Troisdorf
- Mia Wagner, TV Busihdo Tamm
- Nele Weidner, 1. Viernheimer KD
- Charlotte Oehm, HKC Magdeburg-Barleben

#### 12-13 Jahre / 3.-1. Kyu:

- Teressa Reimann, kiko KD Hannover
- Evin Zeng, kiko KD Hannover
- Sara Reister, Karate-Fitness-Dojo-Konstanz
- Nelly Pensold, Shinto Füssen

#### 14-15 Jahre / 5.-4. Kyu:

- Sophie Seitz, 1. Viernheimer KD
- Zoe Reiser, 1. Viernheimer KD
- Hanna Schepp, Shotokan Göttingen
- Johanna Heimderinger, KD Immenstadt/Stein

#### 14-15 Jahre / 3.-1. Kyu:

- Szofi Balla, Shinto Füssen
- Ciara Liedtke, kiko KD Hannover
- Anna Baumert, kiko KD Hannover
- Eva Alzmann, kiko KD Hannover

#### 16-17 Jahre / 3. Kyu - Dan:

- Ana Aleksic, kiko KD Hannover
- Yella Koschate, kiko KD Hannover
- Jana Elvers, HKC Magdeburg-Barleben
- Lucy Schulz, BKC Magdeburg

#### 18-20 Jahre / 3. Kyu - Dan:

- Jasmin Leiner, HKC Magdeburg-Barleben
- Luisa Schlien, Karate-Fitness-Dojo-Konstanz
- Kani Liebau, Okinawa-te Wattenscheid
- Celina Kreutz, HKC MD-Barleben

#### 21-99 Jahre / 3. Kyu - Dan:

- Mahassen Jaffal, 1. Viernheimer KD
- Caroline Sieger, KC Agon Hamburg
- Michaela Rein, Karate Dojo SV1880 München
- Patricia Berkmann, Karate Dojo SV München

### Kumite Team Männer

#### 15-17 Jahre / 3. Kyu - Dan:

- kiko KD Hannover
- kiko KD Hannover
- HKC Magdeburg-Barleben
- Tonbo Dojo Berlin

#### 18-99 Jahre / 3. Kyu - Dan:

- KD Wattenscheid
- HKC Magdeburg-Barleben
- Karate Dojo SV 1880 München
- kiko KD Hannover

### Kumite Team Frauen

#### 15-17 Jahre / 3. Kyu - Dan:

- kiko KD Hannover
- KD Ochi Hennef
- HKC Magdeburg-Barleben
- kiko KD Hannover

#### 18-99 Jahre / 3. Kyu - Dan:

- HKC Magdeburg-Barleben
1. Viernheimer Karate Dojo
- Karate-Fitness-Dojo-Konstanz
- KD Makoto Baden-Baden

### Kata Einzel Männer

#### 9-11 Jahre / 6. Kyu:

- Michael Grüner, Pulheimer Sport Club
- Alexander Nötzold, Shotokan Braunschweig
- Reik Babev, HKC Magdeburg-Barleben

#### 9-11 Jahre / 5.-1. Kyu:

- David Duong, Bushido Siegen
- Ekin Denis Zengi, kiko KD Hannover
- Paul Richter, Shotokan Herford

#### 12-13 Jahre / 6. Kyu:

- Ben Heil, Karate Dojo Ochi Bonn
- Nelson Töws, KD Rotenburg/F.
- Maximilian Sitko, Okinawa-te Wattenscheid

#### 12-13 Jahre / 5.-1. Kyu:

- Paul Hopf, Tonbo Dojo Berlin
- Tim Hügel, Shinto Füssen
- Tim Kaschlaw, HKC Magdeburg-Barleben

#### 14-15 Jahre / 5.-1. Kyu:

- Daniel Donskov, JKA-KD Calw
- Justus Rudel, Fuji San Münster
- Lucas Elvers, HKC Magdeburg-Barleben

#### 16-17 Jahre / 3. Kyu - Dan:

- Kai Freese, FUJI SAN Münster
- Vladislav Dudarenko, Karate Zentrum Pforzheim
- Leon Ebel, Karate Tiger Dojo

#### 18-20 Jahre / 3. Kyu - Dan:

- Huy Bui Ngoc, HKC Magdeburg-Barleben
- Simon Zerlin, HKC MD-Barleben
- John David Jäger, Karate Dojo SV München

#### 21-99 Jahre / 3. Kyu - Dan:

- Pascal Mast, KD Makoto Baden-Baden
- Niclas Huckauf, HKC MD-Barleben
- Davide Orlando, PSV Karlsruhe

### Kata Einzel Frauen

#### 9-11 Jahre / 6. Kyu:

- Sofia Bogojevska, kiko KD Hannover
- Kristina Drobova, KC Shotokan Darmstadt
- Emma Rybacki, Fuji San Münster

#### 9-11 Jahre / 5.-1. Kyu:

- Analisa Alexa, KDS Reichenberg
- Jana Felk, KDS Reichenberg
- Maia Till, Kazoku Karate Krefeld

#### 12-13 Jahre / 6. Kyu:

- Ena Zilic, Karate Klub Ippon Nürnberg
- Kauther Hamad, KD Ochi Troisdorf
- Leni Steinhof, Shotokan-Karate-Dojo-Singen

#### 12-13 Jahre / 5.-1. Kyu:

- Mia Wagner, TV Busihdo Tamm
- Riona Brahemi, kiko KD Hannover
- Sidney Willkeit, Shogun Bremen

#### 14-15 Jahre / 5.-1. Kyu:

- Melissa Dieu, Shotokan Braunschweig
- Lina Ziadi, kiko KD Hannover
- Emily MacLeod, KD Musashi Dalheim-Rödgen

#### 16-17 Jahre / 3. Kyu - Dan:

- Ina Häcker, KD Jiriki Gäufelden
- Lucy Schulz, BKC Magdeburg
- Greta Könnig, Karate Remseck

#### 18-20 Jahre / 3. Kyu - Dan:

- Kani Liebau, Okinawa-te Wattenscheid
- Ka Yi Man, Shotokan Göttingen
- Juliane Drop, Fuji San Münster

#### 21-99 Jahre / 3. Kyu - Dan:

- Kathrin Heinz, KD Makoto Baden-Baden
- Sara Baradaran, PSV Karlsruhe
- Caroline Sieger, KC Agon Hamburg

### Kata Team Mixed

#### 9-11 Jahre / 6.-1. Kyu:

- kiko KD Hannover
- Pulheimer Sport Club
- kiko KD Hannover

#### 12-14 Jahre / 6.-1. Kyu:

1. Viernheimer KD
- Shinto Füssen
1. Viernheimer KD

### Kata Team Männer

#### 15-17 Jahre / 3. Kyu - Dan:

- BKC Magdeburg 1
- Shotokan Göttingen
- HKC Magdeburg-Barleben

#### 18-99 Jahre / 3. Kyu - Dan:

- HKC Magdeburg-Barleben
- Karate Dojo SV 1880 München
- BKC Magdeburg

### Kata Team Frauen

#### 15-17 Jahre / 3. Kyu - Dan:

- kiko KD Hannover
- kiko KD Hannover
- BKC Magdeburg

#### 18-99 Jahre / 3. Kyu - Dan:

- PSV Karlsruhe
- Fuji San Münster
- HKC Magdeburg-Barleben



Taiji-Trainerin mit ihren Schützlingen



## Deutsche Wushu-Meisterschaften in Spandau

Nach ein paar organisatorischen Tätigkeiten konnte der Präsident der Deutschen Wushu-Federation Roland Czerni Gruß- und Dankesworte an die versammelten Anhänger des Wushu-Sports richten. Insbesondere erwähnte er die Bedeutung der teilnehmenden Sportlerinnen und Sportler mit Betreuern und Trainern, ohne die eine Meisterschaft nicht stattfinden könnte. Weiterhin wies er auf das 35-jährige Bestehen der DWF im Jahre 2020 hin, welches wegen Covid 19 und damit einhergehenden Beschränkungen nicht in Verbindung mit den Deutschen Meisterschaften gefeiert werden konnte. Nach dem Rezitieren des Sportler- und Kampfrichtereides waren die Meisterschaften schließlich eröffnet.

Mit über 290 Starts war ein ansehnliches Pensum zu bezwingen. Wushutreibende aus allen Teilen Deutschlands hatten sich versammelt, um die Titel im modernen und traditionellen Wushu mit und ohne Waffen sowie Sanshou zu erringen. Mit zwischenzeitlich vorgenommenen zwei Siegerehrungen und insgesamt hervorragenden Leistungen, nahmen die DM 2022 nach gut acht Stunden mit der abschließenden Siegerehrung und der Vergabe der Teampokale ein begeistertes Ende.

### Die erfolgreichsten fünf Vereine im Formenbereich:

1. Tonghao Wushu
2. TSV Spandau 1860
3. Wushu Verein Tübingen
4. Wushu & Kampfkunst Föderation
5. Wushu & Kampfkunst Club Lippe

### Die erfolgreichsten drei Vereine im Kampfbereich:

1. Wushu Sportclub Laatzen
2. Wushu & Kampfkunst Club Lippe
3. Wushu & Kampfkunst Föderation





Beide Referenten in Aktion

## Dan-Vorbereitungslehrgang der Fachschaft Shaolin Kempo in Kleve

Der Rote Drache Kleve, dem Dank gebührt für die Organisation der Halle, war der ausrichtende Verein des schon beinahe traditionellen Kempo-Wochenendlehrgangs. An beiden Tagen standen je zwei Referenten zur Verfügung. Das waren Heinz-Jürgen Naß, 7. Dan Shaolin Kempo und Peter Scholz, 6. Dan Shaolin Kempo.

Nachdem sich alle angemeldet hatten und Roland Czerni, Vizepräsident des WVNW, die Teilnehmer und Teilnehmerinnen begrüßt hatte, übergab er an die Referenten. Heinz-Jürgen übernahm federführend den ersten Teil. Nach einem gründlichen Aufwärmteil wurde von den beiden Trainern auch die vielfältige Fallschule gelehrt.

Das Wochenende war gegliedert in vier Trainingsbereiche, welche auch Prüfungsfächer sind. Eins der Themen ist die Selbstverteidigung. Hier zeigten Heinz-Jürgen und Peter mögliche Kombinationen gegen verschiedene Angriffe. Um den angehenden Prüflingen ein breites Spektrum an Möglichkeiten zu bieten, zeigte Heinz-Jürgen im losen Wechsel mit Peter Kombinationen, die auch Würfe beinhalteten. Natürlich wurde wieder viel und intensiv geübt. Die Referenten gaben auch hier zahlreiche wichtige Informationen mit auf den Weg.

Eine weitere Disziplin sind die Kumite. Es handelt sich dabei um festgelegte Aktionen, die zu zweit geübt werden. Es kommt bei der Ausführung auf das richtige Distanzgefühl, korrekten Krafteinsatz und natürlich auch die korrekte Ausführung der Techniken an. Im Hinblick auf die künftigen Dan-Prüfungen wurden durch die Referenten zahlreiche Informationen und hilfreiche Korrekturen an die Übenden weitergegeben.

Weiteres Thema des Wochenendes waren die Formen, auch Kata genannt. Bevor die Formen praktisch geübt wurden, fand überdies ein kurzer Theorieteil statt. Besonderheiten wie z.B. der Kiai, Ibuki-Techniken, Standhöhen etc. wurden besprochen. Dann wurde Theorie und Praxis kombiniert und mit fortschreitender Zeit verschob sich der Anteil zunehmend in Richtung Praxis. Kata eins bis fünf, auch Schülerformen genannt, bildeten den inhaltlichen ersten Schwerpunkt. Den Schwerpunkt danach bildeten die Meisterformen vom 1. bis zum 5. Dan. Hier wurde die Gruppe dann entsprechend der Graduierung geteilt. Jeder Referent übernahm einen Teil der Übenden. So konnte individueller auf die spezifischen Themen eingegangen werden.



Peter bei einer Korrektur

Die Blockformen stellten Teil vier des Wochenendes dar. Diese Abfolge von Angriffen, Abwehren und Konterangriffen verlangte noch einmal die ganze Aufmerksamkeit der angehenden Prüflinge. Je nach Graduierung wurden die Blockformen eins und zwei, eins bis vier, bis eins bis zehn geübt. Insgesamt waren alle gut vorbereitet, so dass Heinz-Jürgen und Peter recht schnell Anregungen geben konnten hinsichtlich der Verbesserung der Ausführung. Nachdem die sechs Stunden Training des Sonntags bewältigt waren, endete der Lehrgang. Mit überaus vielen (neuen) Informationen wurden die Kempoka auf den Weg nach Hause verabschiedet.

## Protokoll der Delegiertenversammlung des NWDK

am Sonntag, 1. Mai 2022 um 10:05 Uhr  
in Duisburg

### 1. Begrüßung und Eröffnung - Totenehrung

Wilfried Marx begrüßt die Delegierten, Gäste und den Ehrenpräsidenten Matthias Schießleder, sowie die Herren Dieter Bruns (Ehrenmitglied NWJV), Karl-Heinz Bartsch und die NWDK-Ehrenmitglieder Willi Höfken, Peter Frese und Edgar Korthauer.

Die Delegierten gedenken mit einer Schweigeminute der Mitglieder Andreas Kiechle, Jörg Nonne und Karl-Heinz Goertz, die im Berichtszeitraum verstorben sind.

### 2. Ehrungen

keine

### 3. Feststellung der Stimmberechtigung lt. Mitgliederliste und Meldung der Delegierten der Kreise

Die Versammlung zählt insgesamt 129 Stimmen, inklusive schriftlich erteilter Stimmrechtsübertragungen und 8 Gäste.

### 4. Feststellung der Beschlussfähigkeit

Die Ordnungsmäßigkeit der Einladung und die daraus resultierende Beschlussfähigkeit werden vom Versammlungsleiter festgestellt.

### 5. Genehmigung der Tagesordnung

Die vorgelegte Tagesordnung wird einstimmig genehmigt.

### 6. Genehmigung des Protokolls der Delegiertenversammlung vom 10.10.2021

Das Protokoll wird einstimmig genehmigt.

### 7. Berichte der Mitglieder des Verbandsrats

Hans-Werner Krämer:

Bedankt sich für das Vertrauen und die gute Zusammenarbeit mit dem NWDK. Er berichtet von anstehenden Veranstaltungen, die zusammen mit dem NWJV zurzeit stattfinden (Black-Belt-Aktion), und von zurückliegenden Veranstaltungen, z.B. die Kader- und die Referenten-Dan-Prüfung. Er informiert, dass Sarah Loko-Gürschner als die neue Landestrainerin U21/weiblich vom NWJV zum 01.05.2022 eingestellt wurde und gibt weiter einen kurzen Überblick über die aktuelle Trainersituation des NWJV.

Wolfgang Thies:

Der Prüfungsbeauftragte erklärt, dass 2022 vermutlich wieder normale Teilnehmerzahlen an Dan-Prüfungen zu erwarten sind. 2021 war von der Corona-Pandemie geprägt und es fanden lediglich 5 Dan-Prüfungen und eine G-Dan-Prüfung statt. Er stellt eine Übersicht über die stattgefundenen Prüfungen vor und teilt mit, dass der Dan-Prüfer-Lehrgang sich um eine Woche verschiebt.

José Pereira:

Er informiert, dass der theoretische Teil für Kyu-Prüfer-Schulungen über die NWDK-Plattform absolviert werden muss. Er berichtet über die Master Black-Belt-Aktion, die bereits am zweiten Tag ausgebucht war und über den anstehenden NWDK-Dan-Tag im Oktober.

Das Dieter Born-Gedächtnisturnier 2021 musste coronabedingt ausfallen. Dieses wird in 2022 nachgeholt. Somit finden in 2022 zwei Dieter Born-Gedächtnisturniere statt.

Weiter berichtet er über die fünf Landes-Kata-Stützpunkte - erst ein Stützpunkt konnte coronabedingt offiziell eröffnet werden.

José Pereira gibt einen Überblick über die Erfolge bei nationalen sowie internationalen Kata-Turnieren, inklusive Medaillenspiegel und stellt das neue Landes-Kata-Abzeichen vor.

Edgar Korthauer:

Der NWDK-Datenschutzbeauftragte informiert, wie mit persönlichen Daten umgegangen werden soll, wie zum Beispiel mit Fotos auf Webseiten. Er weist auf die kommende Satzungsänderung hin und bittet um Zustimmung.

Hans-Jakob Vogt:

Der Schatzmeister gibt eine Übersicht des Kassenberichts und Jahresabschlusses des vergangenen Jahres.

Wilfried Marx:

Der Präsident entschuldigt den Geschäftsführer Swen Callas und informiert über die aktuellen Mitgliederzahlen. Er informiert, dass manuell ausgefüllte Dan- und Aufnahmeanträge nicht mehr angenommen werden.

Ehrenrat:

Es gab 27 Graduierungsanträge, wovon 17 befürwortet wurden und 3 auf Wiedervorlage liegen. Das Präsidium hat sich bemüht, alle Dan-Graduierungen schnellstmöglich vor Ort durchzuführen.

Wilfried Marx informiert, dass die Mitgliedergebühren, wie 2021 beschlossen, ab Januar 2022 auf 20 € erhöht wurden.

Er stellt den NWDK-Dan-Tag vor und berichtet von der Black-Belt-Aktion mit bis dato über 200 Teilnehmern, die in der Zusammenarbeit mit dem NWJV durchgeführt wird.

NPO:

Die neue Prüfungsordnung ist ab dem 1.7.2022 gültig und wird 18 Monate parallel zu der alten Ordnung in Kraft treten. Diesbezüglich werden auf Landes- und Kreisebene Schulungen für alle Judokas durchgeführt.

### 8. Bericht der Kassenprüfer

Klaus Hillmann und Jörn Stermann-Sinsilewski haben die Kreiskassen und die Landeskasse geprüft. Klaus Hillmann berichtet dazu ausführlich und hat einige Anmerkungen zu korrekten Vorgehensweisen bei Abrechnungen (detaillierte Angaben). Klaus Hillmann bittet, dass Teilnehmergebühren bei Lehrgängen abschließend auf einer Anlage übersichtlich dokumentiert werden.

Konkret hinterfragt er eine vom NWJV gestellte Rechnung für Internatsplätze für 7 Kader-Athleten des NWJV. Wilfried Marx erläutert ausführlich Grund und Zweck der gestellten Rechnung.

Die Landeskasse war ohne Mängel. Die Kassenprüfer beantragen, Schatzmeister und Vorstand bezüglich aller Konten zu entlasten.

### 9. Genehmigung des Wirtschaftsplans 2022

Schatzmeister Hans-Jakob Vogt stellt den Wirtschaftsplan 2022 vor.

Der Wirtschaftsplan wird einstimmig genehmigt.

### 10. Aussprache zu den Berichten

Es gibt einige Nachfragen der Delegierten bezüglich der Abrechnungen von Lehrgängen, die vom Schatzmeister beantwortet werden.

### 11. Wahl eines Versammlungsleiters

Peter Frese wird vorgeschlagen. Er erklärt seine Bereitschaft und wird einstimmig gewählt. Peter Frese übernimmt die Leitung der Versammlung.

### 12. Entlastung des Vorstandes

Der Vorstand wird einstimmig und en bloc entlastet. Bei dieser Abstimmung beteiligte sich der Vorstand nicht.

### 13. Wahl einer Wahlkommission

entfällt

### 14. Nachwahlen (vorsorglich)

entfällt

### 15. Wahl der Kassenprüfer

Klaus Hillmann und Jörn Stermann-Sinsilewski werden als Team vorgeschlagen, erklären ihre Bereitschaft und werden en bloc in einer offenen Wahl einstimmig bei fünf Enthaltungen gewählt. Sie nehmen die Wahl an.

Ersatzkassenprüfer:

Sebastian Dippel, Jörg Wolter, Carsten Mehlke werden vorgeschlagen und einstimmig gewählt.

### 16. Beschlussfassung über Satzungsänderungsanträge

Der Rechtsausschussvorsitzende Marwan Hamadan stellt einen Vorschlag zur Satzungsänderung zum Thema Datenschutz vor. Der Datenschutzbeauftragte Edgar Korthauer gibt ergänzende Informationen. Der Satzungsänderung wird einstimmig bei einer Enthaltung zugestimmt.

### 17. Beschlussfassung über Anträge, die nicht unter Punkt 15 fallen

Wolfgang Thies stellt die überarbeitete Ehrenordnung vor und nimmt einige Änderungen der Versammlung entgegen. Der Entwurf wird an die KDV versendet, um weitere Änderungsvorschläge einzuholen.

Wolfgang Thies stellt die überarbeitete Grundsatzzordnung vor, die an die neue Kyu-Prüfungsordnung angepasst wurde. Der Entwurf wird an die KDV versendet, um weitere Änderungsvorschläge einzuholen.

### 18. Hinweise bzgl. Ordnungen und Ausführungsbestimmungen

keine

### 19. Verschiedenes

Frank Beyersdorf wird die Mediengestaltung des NWDK versuchen wesentlich zu verbessern. Er wird dazu ein Team zusammenstellen.

Er bittet die Anwesenden neue Teammitglieder in ihren Kreisen zu suchen und diese zu motivieren aktiv mitzuarbeiten. Als ersten Schritt fordert er die Delegierten auf, alle Informationen über Veranstaltungen, Aktionen etc. aus ihren Kreisen und Vereinen an ihn bzw. an das Medienteam weiterzugeben.

Ende der Versammlung: 13:05 Uhr

Protokoll: Silke Schramm  
Leitung: Wilfried Marx, Wolfgang Thies

Bitte informieren Sie sich über die Webseite [www.nwJV.de](http://www.nwJV.de) oder beim jeweiligen Ausrichter über die aktuellen Corona-Bestimmungen.

# LAND

## 24. Landesoffenes Mixed-Turnier für Frauen- und Männermannschaften

**Achtung! Neuer Ort!**

**Ausrichter:** JC Holzwickede.

**Datum:** Samstag, 10. Dezember 2022.

**Ort:** Hilgenbaumhalle, Opherdicker Str. 44, 59439 Holzwickede.

**Zeitplan:** 10:00 - 10:30 Uhr Waage. ca. 11:30 Uhr Beginn der Kämpfe.

**Matten:** 2-3.

**Meldungen:** unter der Angabe von Verein, Ansprechpartner, Anschrift, voraussichtliche Teilnehmerzahl und Bankangaben zum Einzug des Meldegeldes an: NWJV, z. Hd. Angela Andree, Postfach 101506, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24, E-Mail: [angela.andree@nwJV.de](mailto:angela.andree@nwJV.de)

**Meldegeld:** 75,00 € pro Mannschaft.

**Meldeschluss:** 2.12.2022.

**Gewichtsklassen:** Frauen -57, -63, -70, +70 kg, Männer -66, -73, -81, -90, +90 kg - insgesamt neun Gewichtsklassen.

**Sonstiges:** Es besteht die Möglichkeit aus maximal drei Vereinen eine Kampfgemeinschaft zu bilden (die Starterlaubnis des eigenen Vereins ist an der Waage vorzulegen). Liga-Kämpfer/innen werden wie vereinseigene Kämpfer/innen behandelt. Die beiden ältesten Jahrgänge Frauen und Männer U 18 (Jahrgänge 2005 und 2006) sind startberechtigt. Wie in den Jahren zuvor soll das Turnier den Abschluss des gemeinsamen Trainings- und Übungsbetriebs der Vereine bilden. Aus Gründen der Fairness und der Ausgeglichenheit der einzelnen Mannschaften dürfen maximal zwei Kader- oder zwei Bundesliga-Kämpfer/innen eingesetzt werden (ansonsten gilt die NWJV-WKO).

**Anreise:** A 1 Kreuz Dortmund/Unna, auf die A 44/B 1 in Richtung Dortmund/Essen, Abfahrt Holzwickede/Flughafen in Richtung Ortsmitte, dann Ausschilderung „Hilgenbaumhalle/Schulzentrum“ folgen

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.

# KREISE

## Bochum/Ennepe

### Jannik-Wegner-Gedächtnisturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 10

**Ausrichter:** Judoka Rauxel e.V.

**Datum:** Samstag, 17. Dezember 2022.

**Ort:** Turnhalle der Waldschule, Ahornstr. 34, 44579 Castrop-Rauxel.

**Zeit:** 10:00 - 10:30 Uhr Waage.

**Gewichtsklassen:** Es werden gewichtsnahe Gruppen eingeteilt, es können Mädchen gegen Jungs kämpfen.

**Matten:** 1.

**Meldung:** durch die Vereine an jugendleitung-boen@online.de. Folgende Angaben sind bei der Meldung unbedingt anzugeben: Verein, Name, Vorname, Kyu-Grad, Jahrgang.

**Meldegeld:** 9,00 € pro Teilnehmer/in, per Überweisung auf das Konto Judoka Rauxel e.V., Dortmunder Volksbank, BIC: GENODEM1DOR, IBAN: DE13441600146561850600. Der Zahlungsnachweis ist dem Ausrichter vor Veranstaltungsbeginn vorzulegen. Für Nachmeldungen und verspätet eingehende Meldungen wird doppeltes Meldegeld erhoben, zu zahlen vor der Waage in bar.

**Meldeschluss:** 9.12.2022.

**Kontaktadresse des Ausrichters:** Nina Koch, Bahnhofstr. 288, 44579 Castrop-Rauxel, E-Mail: [nina.koch@judoka-rauxel.de](mailto:nina.koch@judoka-rauxel.de)

## Bonn

### 28. Kreisoffene Stadtmeisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 11, U 13, U 15, Frauen U 18, Männer U 18, Frauen und Männer

**Ausrichter:** Polizei-Sportverein Bonn e.V.

**Ort:** Hardtberghalle, Gaußstraße, Bonn.

**Zeitplan: Freitag, 9. Dezember 2022:** 18:00 - 18:30 Uhr Waage Jugend U 15 männlich und weiblich, Frauen U 18 und Männer U 18.

19:00 - 19:30 Uhr Waage Frauen und Männer.

**Samstag, 10. Dezember 2022:** 9:00 - 9:30 Uhr Waage Jugend U 11 männlich. 11:00 - 11:30

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

Uhr Waage Jugend U 13 männlich. 14:30 -

15:00 Uhr Waage Jugend U 13 weiblich.

**Mattenzahl:** 2 oder 3.

**Meldung:** per E-Melder bis spätestens

2.12.2022 an Kai-Uwe\_Windeck@web.de

**Meldegeld:** 10,00 € je Kämpfer. Nachmeldungen 13,00 € je Kämpfer; mit Angabe von Verein, Teilnehmer und Vermerk „STM 2022“ auf das Konto: Volksbank BonnRhein-Sieg eG, IBAN: DE67380601863201710013, BIC: GENODED1BRS. Beleg zur Stadtmeisterschaft bitte mitbringen.

## Niederrhein Süd

### Kreisjugendtag und Kreistag

**Datum:** Mittwoch, 16. November 2022.

**Zeit:** 19:00 Uhr.

**Ort:** Moerser Str. 167, 47475 Kamp-Lintfort (Eingang befindet sich links hinter der Glück Auf Sporthalle).

**Tagesordnung Kreisjugendtag:**

1. Begrüßung und Formelles
2. Feststellung der Stimmberechtigung
3. Genehmigung der Tagesordnung
4. Wahl einer Protokollführerin/eines Protokollführers
5. Genehmigung des Protokolls aus 2021
6. Berichte
  - a) Kreisjugendleitung
  - b) Kreiskampfrichterreferent
7. Aussprache zu den Berichten
8. Wahl einer Versammlungsleiterin/eines Versammlungsleiters
9. Entlastung der Kreisjugendleitung
10. Ergänzungswahlen
11. Vergabe von Meisterschaften und Turnieren 2023
12. Kreisauswahl U 15 und Kreisliga U 13
13. Anträge
14. Verschiedenes

**Tagesordnung Kreistag:**

1. Begrüßung und Formelles
2. Feststellung der Stimmberechtigung
3. Genehmigung der Tagesordnung
4. Wahl einer Protokollführerin/eines Protokollführers
5. Genehmigung des Protokoll aus 2021
6. Berichte
  - a) Kreisfachwarte
  - b) Kreiskampfrichterreferent
  - c) KDV
7. Aussprache zu den Berichten
8. Wahl einer Versammlungsleiterin /eines Versammlungsleiters
9. Entlastung der Kreisfachwarte
10. Ergänzungswahlen
11. Vergabe von Meisterschaften und Turnieren 2023
12. Anträge
13. Verschiedenes/Festlegung des Termin für 2024

## Steinfurt

### Kreisjugendtag

**Datum:** Mittwoch, 23. November 2022

**Zeit:** 19:00 Uhr

**Ort:** Vereinsraum JG Ibbenbüren, Schulstr. 25, 49477 Ibbenbüren

**Tagesordnung:**

1. Eröffnung und Begrüßung
2. Wahl eines Protokollführers/einer Protokollführerin
3. Feststellung der ordnungsgemäßen Ladung
4. Feststellung der Stimmberechtigung und der Beschlussfähigkeit
5. Genehmigung der Tagesordnung
6. Genehmigung des Protokolls der letzten Kreisjugendversammlung
7. Berichte der Kreisjugendleitung
8. Bericht des KKR
9. Aussprache zu den Berichten
10. Wahl eines/r Versammlungsleiter/-leiterin
11. Entlastung der Kreisjugendleitung
12. Losen der Vereine für das Sportjahr 2023
13. Vergabe von Meisterschaften und Turnieren für 2023
14. Anträge
15. Verschiedenes

## Südwestfalen

### Weihnachtspokalturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 11, U 13, U 15, Frauen U 18 und Männer U 18

**Ausrichter:** TuS Iserlohn 1846 e.V. Abteilung Judo.

**Tag:** Sonntag, 18. Dezember 2022.

**Ort:** Schul- und Sportzentrum am Hemberg, Alexander-Pfänder-Weg 7, 58638 Iserlohn

**Zeitplan:** 10:00 - 10:30 Uhr Waage Jugend U 11 männlich und weiblich. 12:00 - 12:30 Uhr Waage Jugend U 13 männlich und weiblich. 13:30 - 14:00 Uhr Waage Jugend U 15 männlich und weiblich, Frauen U 18 und Männer U 18.

**Matten:** 2 Matten 7 x 7 m.

**Meldungen:** bis 12.12.2022 mit dem E-Melder an [sirmolly@t-online.de](mailto:sirmolly@t-online.de) und [moe2442@web.de](mailto:moe2442@web.de)

**Meldegeld:** 8,00 € pro teilnehmendem Judoka, zu zahlen mit der Meldung auf das Konto des TuS Iserlohn Judo, IBAN: DE5144550045000011767, BIC: WELADED1ISL, Verwendungszweck: WPT 2022 + Vereinsname.

**Ansprechpartner:** Christian Möller, Dördelweg 19, 58638 Iserlohn, Tel.: 0 23 71 / 94 14 39, E-Mail: [moe2442@web.de](mailto:moe2442@web.de)

## Unna-Hamm-Dortmund

### Kreiseinzeltturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 11 (Mixed-Turnier), U 13, U 15, Frauen U 18 und Männer U 18

**Ausrichter:** Judo Club Holzwickede e.V., Postfach 12 51, 59439 Holzwickede, [www.judo-club-holzwickede.de](http://www.judo-club-holzwickede.de)

**Datum:** Sonntag, 11. Dezember 2022.

**Ort:** Hilgenbaumhalle, Opherdicker Str. 42, 59439 Holzwickede.

**Zeitplan:** 9:00 - 9:30 Uhr Waage Jugend U 11 männlich und weiblich. ca. 9:45 Uhr Beginn. 10:00 - 10:30 Uhr Waage Jugend U 13 männlich und weiblich. Die weiteren Waagezeiten werden je nach Teilnehmerzahl festgelegt.

**Matten:** 4.

**Meldung:** durch die Vereine an [ralfvongratowski@googlemail.com](mailto:ralfvongratowski@googlemail.com)  
Folgende Angaben sind bei der Meldung unbedingt anzugeben: Name, Vorname, Jahrgang, Verein, Gewichtsklasse, Kyu-Grad. Für die Meldungen sollte der E-Melder verwendet werden.

**Meldegeld:** 7,50 € pro Teilnehmer/in, per Überweisung auf das Konto des JC Holzwickede bei der Sparkasse Unna, IBAN: DE26443500600002003564, BIC: WELADED1VNN. Der Zahlungsnachweis ist dem Ausrichter vor Veranstaltungsbeginn vorzulegen. Für Nachmeldungen und verspätet eingehende Meldungen wird doppeltes Meldegeld erhoben, zu zahlen vor der Waage in bar.

**Meldeschluss:** 2.12.2022

**Kontaktadresse des Ausrichters:** Dirk Jacobi, Friedhofstr. 14 a, 59439 Holzwickede, mobil: 01 51 / 14 39 99 78, E-Mail: [dirk.jacobi@judo-club-holzwickede.de](mailto:dirk.jacobi@judo-club-holzwickede.de)

**Anreise:** A 1 Kreuz Dortmund/Unna, auf die A 44/B 1 in Richtung Dortmund/Essen, Abfahrt Holzwickede/Flughafen in Richtung Ortsmitte, dann Ausschilderung „Hilgenbaumhalle/Schulzentrum“ folgen.

**Eintrittspreise:** Erwachsene 2,00 €, Jugendliche 6–17 Jahre 1,00 €. Kinder bis 5 Jahre frei.

## NWDK

### 2. Landesoffener Lehrgang zur neuen Graduierungsordnung

**Leitung:** Lehrbeauftragter NWDK.

**Termin:** Sonntag, 4. Dezember 2022.

**Zeit:** 10:00 - 14:00 Uhr.

**Ort:** NWDK LLStp. Kata Düsseldorf, Ellerstr. 84-94, 40227 Düsseldorf.

**Referenten:** Daniel Lachmann, José Pereira.

**Teilnahmegebühren:** keine.

**Teilnehmende:** KDVs, Kyu-Prüfer/innen zum Lizenzwerb/-verlängerung.

**Anmeldung:** über DokuMe: <https://event.dokume.net/index.php?k=T4VNqJBv0UNhfiJV4CIZEtAvE9Z4BNK384vojbvXPOaGLUBFuGvrhesTWb1YjVe&uid=46093&fid=929>

**Meldeschluss:** 28.11.2022.

**Anmerkung:** Teilnahme nur mit gültigem Judo-Pass. Die Anzahl der Teilnehmenden ist auf 100 Judoka begrenzt. Es entscheidet die Reihenfolge des Eingangs der Anmeldungen.

**Fortbildung:** Der Lehrgang gilt als Fortbildungslehrgang für alle Kyu-Prüfer/innen zur neuen Graduierungsordnung. Es ist der zweite, von insgesamt drei landesweiten NWDK-Schulungslehrgängen. Der nächste Termine ist: 5.2.2023 (Ort: N.N.).

**Rückfragen:** José Pereira, Tel.: 0 29 45 / 8 87 55, E-Mail: [jose.pereira@nwdk.de](mailto:jose.pereira@nwdk.de)

## Kreis Düsseldorf

### Kreis-Dan-Versammlung

**Termin:** Samstag, 14. Januar 2023.

**Zeit:** 15:00 - 17:30 Uhr.

**Ort:** Clubraum im Sportpark Niederheid, Paul-Thomas-Str. 35, 40589 Düsseldorf. Die Versammlung kann nur unter den zu dieser Zeit geltenden Regelungen im Rahmen der Coronavorschriften stattfinden.

**Tagesordnung:**

1. Eröffnung und Begrüßung
2. Feststellung der Stimmberechtigten
3. Wahl des Protokollführers
4. Genehmigung der Tagesordnung
5. Genehmigung des Protokolls der letzten

Versammlung

6. Berichte der KDV mit Aussprache

7. Wahl des Versammlungsleiters

8. Entlastung des Kreis-Dan-Vorsitzenden und seiner Stellvertreter

9. Wahl des Kreis-Dan-Vorsitzenden und seiner Stellvertreter

10. Wahl der Delegierten für die NWDK-Delegiertenversammlung 2023

11. Termine 2023

12. Anträge (müssen dem KDV bis zum

16.12.2022 schriftlich vorliegen)

13. Termin der nächsten Kreis-Dan-Versammlung

14. Verschiedenes

## Kreis Rhein-Ruhr

### Dan-Vorbereitungslehrgang

**Ort:** Judohalle des Steinbart-Gymnasiums (Landesleistungszentrum), Realschulstr. 45, 47051 Duisburg.

**Termine:** Sonntags, 13.11.2022, 27.11.2022, 11.12.2022, 15.01.2023, 05.02.2023, 19.02.2023, 26.02.2023, 12.03.2023, 02.04.2023 und 30.04.2023. Dan-Prüfung am 13.05.2023. Änderungen möglich!

**Zeit:** jeweils 9:30 - 12:30 Uhr.

**Referenten:** Sergio Sessini, Yusuf Arslan, N.N.

**Leitung:** Marco Dudziak.

**Teilnehmergebühr:** 50,00 €, am ersten Lehrgangstag in bar zu bezahlen.

**Mitzubringen:** Gültiger Judopass (aktuelle Beitragsmarke).

**Anmeldung:** nur über den Verein unter Angabe von Name, Vorname, Jahrgang und angestrebtem Dan-Grad bis spätestens 31.10.2022 per E-Mail an [KDV-Rhein-Ruhr@web.de](mailto:KDV-Rhein-Ruhr@web.de)

### Kyu-Prüfer-Lizenzlehrgang

**Datum:** Sonntag, 20. November 2022.

**Zeit:** 12:30 - ca. 16:30 Uhr.

**Ort:** Dojo des PSV Essen, Essen-Stadtwald, Wittenbergstr. 109, 45134 Essen.

**Themen:** a) Allgemeine Infos und Änderungen der Grundsatzordnung, b) Erfahrungsaustausch zur neuen Graduierungsordnung, c) Praxis: Aktuelle Themen zur Kyu-Prüfungs- und Graduierungsordnung, d) Fragebogen, e) Verschiedenes.

**Referenten:** Marco Dudziak, N.N.

**Teilnehmermeldung:** (pro Verein) bis spätestens 6.11.2022 an E-Mail: [KDV-Rhein-Ruhr@web.de](mailto:KDV-Rhein-Ruhr@web.de)

**Sonstiges:** Bitte den Judopass und Schreibzeug mitbringen.

## Materialien zum neuen Graduierungssystem

Das neue Kyu-Graduierungssystem des DJB ist am 1. Juli 2022 mit einer 18-monatigen Übergangsfrist in die Umsetzung gegangen. Auf der Webseite des Deutschen Judo-Bundes sind alle nötigen Informationen dazu jederzeit verfügbar und Materialien wie die offiziellen Plakate und vertiefende Hintergrundtexte können kostenfrei heruntergeladen werden.

Mehr Infos zum Kyu-Graduierungssystem und Materialien gibt es unter [www.judobund.de/aus-fortbildung/kyu-graduierungssystem/das-graduierungssystem](http://www.judobund.de/aus-fortbildung/kyu-graduierungssystem/das-graduierungssystem)

## Digitaler Workshop zum Thema „Sexismus im Sport“ am 22.11.2022

Frauen\* fehlen an der Spitze im Sport. Auch in der Sportjugend? Mit der Methode des Systems Mapping, welche wir in diesem Workshop kennenlernen, und durch Austausch mit anderen Teilnehmerinnen\*, machst du dir ein systematisches Bild vom Status Quo in den Strukturen deines sportlichen Umfelds. Im Anschluss identifiziert du einen ersten kleinen Schritt um deinen selbstgewählten Veränderungsprozess anzustoßen, um ausgrenzende Strukturen zu ändern. Das Systems Mapping kann auch auf alle Vielfaltsdimensionen in deinem Sportumfeld angewendet werden.



Zusätzlich lernst du in diesem Workshop weitere theoretische Modelle und Konzepte zum Thema Veränderungsprozesse kennen. Unsere zentralen Leitfaden für unser gemeinsames DigitDate sind:

- Was brauche ich, um nachhaltige Veränderungsprozesse in oft festgefahrenen Strukturen im Sport anzustoßen?
- Wie kann ich Unterstützung und Mitstreiter\*innen finden?
- Wie finde ich überhaupt heraus, was ich verändern möchte?

Der Workshop wird von Discover Football in Kooperation mit der Sportjugend NRW durchgeführt und beruht auf Ergebnissen des Step Up Equality Projekts. Discover Football ist ein feministisches Kollektiv aus Berlin. DISCOVER FOOTBALL engagiert sich für Gleichberechtigung, Emanzipation und Frauenrechte weltweit.

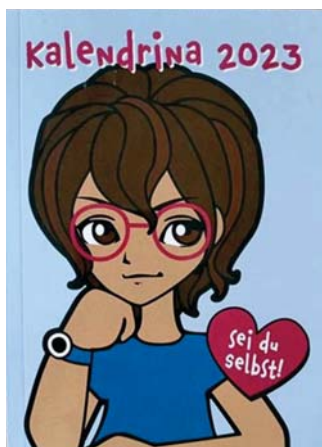


Anmeldung ist über den QR-Code möglich.

## Neue Kalendrina für 2023 ist jetzt erhältlich

Die von Fans sehnsüchtig erwartete neue Ausgabe des Sportkalenders von und für Mädchen mit und ohne Behinderung ist unter dem diesjährigen Motto „sei du selbst!“ ab sofort erhältlich. Gewohnt vielseitig gibt die „Kalendrina 2023“ viele Einblicke in den Facettenreichtum des Lebens heranwachsender Frauen.

Die Kalendrina ist der beliebte Kalender von und für Mädchen mit und ohne Behinderung im Sport. Jedes Jahr treffen sich Mädchen zwischen 11 und 19 Jahren mit und ohne Behinderung, um eine neue Ausgabe der Kalendrina zu gestalten. Sie diskutieren, schreiben, fotografieren, testen neue Spiele und Bücher oder Rezepte. Dabei wachsen sie zu einem tollen Team zusammen und haben jede Menge Spaß. Bei der Kalendrina ist Inklusion so normal wie das Mädchensein.



Herausgeber sind der Behinderten- und Rehabilitationssportverband Nordrhein-Westfalen (BRSNW) und die Sportjugend im Landessportbund NRW, gefördert vom Ministerium für Kinder, Jugend, Familie, Gleichstellung, Flucht und Integration.

Über den QR-Code könnt ihr den Kalender kostenlos bestellen.



## Expert\*innen für Sportvereine

Expert\*innenchats an jedem zweiten Donnerstag im Monat. Sie haben im Rahmen der Expert\*innenchats die Möglichkeit, Fragen an die Expert\*innen des Landessportbundes NRW zu stellen.

Im Live-Chat werden wir versuchen, auf Ihre Fragen passende Antworten zu geben. Darüber hinaus werden wir Sie über weitere Angebote und Beratungsmöglichkeiten aufmerksam machen.



Die Expert\*innenchats finden in der Zeit von 18:00 bis 20:00 Uhr oder auch von 11:00 bis 13:00 Uhr oder von 12:00 bis 14:00 Uhr. Bitte im Angebot nachsehen!

Änderungen bei Datum und Thema sind möglich!

Die geplanten Termine für die Expert\*innenchats:

03.11.2022	Themen aus dem Vereinsmanagement
17.11.2022	Themen aus dem Vereinsmanagement
01.12.2022	Praktische Buchführung
15.12.2022	Marketing im Sportverein

Interessierte haben in einer Umfrage die Chance eigene Themen einzureichen. Weitere Informationen findet ihr über den QR-Code auf [www.vibss.de](http://www.vibss.de)



Anmeldung hier  
bis zum 15. März 2023





Judo  
**FESTIVAL**  
17.-21.05.2023 **Bad Ems**

*Treffe Yoko und die Judo Allstars  
beim Judo Festival 2023*



Sport · Kultur · Fun · Tradition · Workshops & Seminare

Für weitere Informationen:  
[www.judobund.de/judo-festival](http://www.judobund.de/judo-festival)  
[judofestival@judobund.de](mailto:judofestival@judobund.de)

 @judo\_germany  
 @judobund

#JudoFestival2023

