

der budoka



Mannschafts- kämpfe im Judo

12 / 2016
Dezember

3,90 €



Dachverband für Budotechniken
Nordrhein-Westfalen e.V.



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

Dachverband für Budotechniken Nordrhein-Westfalen e.V.

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

AIKIDO

Nordrhein-Westfälischer Aikido-Verband e.V.

Josef Jürgens
Bruckstr. 14
46519 Alpen
Tel.: 02802 704966
E-Mail: josef.juergens@gmx.de
Internet: www.aikido-nrw.de

JIU-JITSU

Jiu-Jitsu Union Nordrhein-Westfalen e.V.

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

JU-JUTSU

Nordrhein-Westfälischer Ju-Jutsu Verband e.V.

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

TAEKWONDO

Nordrhein-Westfälische Taekwondo-Union e.V.

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

GOSHIN-JITSU

Goshin-Jitsu Verband Nordrhein-Westfalen e.V.

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

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

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

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

Dr. med. Heinrich Schorn
Geierstr. 27
53881 Euskirchen
E-Mail: m.h.schorn@t-online.de
Internet: www.dfjj.de

KARATE

Karateverband Nordrhein-Westfalen e.V.

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

Nordrhein-Westfälischer Taekwon-Do Verband e.V.

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

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

Antonio Deledda
Hasenfeld 41
52066 Aachen
Mobil: 0151 22647798
E-Mail:
antonio.deledda@t-online.de
Internet: www.ITF-NW.de

HAPKIDO

Nordrhein-Westfälischer Hapkido-Verband e.V.

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

JUDO

Nordrhein-Westfälischer Judo-Verband e.V.

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

KENDO

Nordrhein-Westfälischer Kendo-Verband e.V.

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

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

WUSHU

Wushu Verband Nordrhein-Westfalen e.V.

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

Nach Olympia ist vor Olympia

Ein ereignisreiches Sportjahr geht zu Ende. Höhepunkt waren im August die Olympischen Sommerspiele in Rio de Janeiro. Die Kampfsportler waren mit ihren Ergebnissen am Zuckerhut nicht so ganz zufrieden, wie auch viele andere Sportarten ihre gesteckten Ziele oft nicht erreicht haben. Dies hat zur Folge, dass es nun eine lange über zwei Jahre vorbereitete Leistungssportreform im deutschen Sport geben wird. Der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) hat diese Anfang Dezember in Magdeburg verabschiedet. Das Konzept zur Neustrukturierung des Leistungssports und der Spitzensportförderung wurde mit überwältigender Mehrheit beschlossen.

Hatten die Sportverbände eine andere Wahl, wenn sie auch in Zukunft aus dem staatlichen Fördertopf schöpfen wollen? Doch so niemand weiß bisher genau, ob er in Zukunft mehr oder weniger finanzielle Förderung erhält. Die Leistungssportreform muss in den nächsten zwei Jahren mit Leben gefüllt werden. Ob dadurch in Tokio 2020 ein Anstieg der Medaillengewinne erreicht wird, weiß heute noch niemand. Man darf gespannt sein, was im neuen Olympia-Zyklus so alles passiert. Die Sportverbände haben hierbei aber nicht immer das Sagen, sie müssen sich an die staatlichen Vorgaben halten und können nicht machen, was sie wollen.

Auch das neue Jahr hat wieder Highlights parat. Die Deutschen Judo-Meisterschaften finden im Januar in Duisburg statt, gefolgt vom Judo-Grand-Prix im Februar in Düsseldorf. Die Ruhr Games gehen im Juni in Dortmund, Hamm und Hagen in die zweite Runde. Freuen wir uns auf starke Leistungen und vergessen wir nicht die vielen Breitensportaktionen im ganzen Land, die unseren Sport mit Leben füllen. In diesem Sinne wünscht die Redaktion ein frohes Weihnachtsfest und einen angenehmen Jahreswechsel.

Erik Gruhn

Die nächste Ausgabe des „budoka“ (Januar/Februar 2017) erscheint Anfang Februar 2017.

Die Redaktion wünscht ein frohes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch!

INHALT



Judo-Bundesliga: Finale Männer **6**



Judo: Westd. Meisterschaften **10**



Judo-Sumo-Jahr 2016 **20**



Jiu Jitsu: Bewegt älter werden **51**



Jiu Jitsu: Wettkampf **54**



Taekwon-Do: WM in Italien **64**

Kraft und Technik

Krafttraining, Teil 80 **35**

Ju-no-Kata, Teil 5: „Kata-oshi“ **42**

Judo-Kalender 2017 **37**

NWJV-Stundenplan **41**

Impressum **46**

Bestellschein **48**

Ausschreibungen **68**

Verbände

Judo **4**

NWVK **33**

Goshin Jitsu **47**

Hapkido **49**

Jiu Jitsu Union **51**

DJJB NW **54**

DFJJ NW **58**

Ju Jitsu Verband **59**

Karate **61**

Taekwon-Do **64**

Titelseite: Katharina Mossmann vom JC 71 Düsseldorf im Team des JC Langenfeld mit Uchi-mata bei den Westdeutschen Judo-Vereinsmannschaftsmeisterschaften der U 18 in Holzwickede.

Foto: Erik Gruhn



Nach den Olympischen Spielen wollen unsere Nationalmannschaftsathleten zeigen, was sie drauf haben. Keiner wird sich dieses „Heimspiel“ entgehen lassen und die Atmosphäre beim Heim-Grand-Prix ist etwas ganz besonderes – sie setzt bei allen Athleten zusätzliche Energie frei. Das beste Beispiel ist die Goldmedaille von Dimitri Peters im letzten Jahr. „Bodenmonster“ Peters lieferte, getragen vom Publikum, unglaubliche Kämpfe ab und landete letztendlich ganz oben auf dem Treppchen. Für die deutschen Athleten ist es ein großer Traum, im eigenen Land beim Grand-Prix eine Medaille zu gewinnen.

Der Judo-Grand-Prix 2017 in Düsseldorf findet mitten in der Karnevalszeit statt. Vom 24. bis 26. Februar 2017 treffen sich die besten Judokas der Welt in der Mitsubishi Electric Halle. Das ein oder andere bunte Karnevals-Kostüm wird es sicherlich zu bewundern geben.

Hajime statt Helau

Die fünfte Jahreszeit hält weder den Deutschen Judo-Bund (DJB) noch die internationale Weltelite des Judosports davon ab, der Karnevals-Hochburg Düsseldorf einen Besuch abzustatten. „Hajime statt Helau“ lautet das Motto auf der Matte. Spannende Kämpfe, tolle Stimmung und ein Stück rheinische Lebenskultur warten auf die Fans und Zuschauer.

Top-Elite des Judosports

Neben Olympiasiegern, Welt- und Europameistern werden viele weitere internationale Topathleten auf der Matte stehen und ihr bestes Judo zeigen. Nach dem Grand-Slam in Paris ist der Grand-Prix in Düsseldorf das zweite Großereignis des Kalenderjahres 2017 und das erste Kräftemessen der deutschen Spitzenjudokas mit der internationalen Konkurrenz auf heimischem Boden.

Frühzeitige Organisation

Aufgrund des zeitgleich stattfindenden Karnevals im Rheinland sollten Zuschauer und Fans frühzeitig eine Übernachtungsmöglichkeit suchen. Hotelzimmer werden schnell ausgebucht sein. Nach dem Wettkampf-Wochenende kann dann gemeinsam der Rosenmontag in Düsseldorf oder Köln zelebriert werden ... sicherlich ein einmaliges Erlebnis.

Fotos: Christian Schiebl



Der Zeitplan der Wettkämpfe:

Freitag, 24. Februar 2017

Frauen -48 kg, -52 kg, -57 kg
Männer -60 kg, -66 kg

Samstag, 25. Februar 2017

Frauen -63 kg, -70 kg
Männer -73 kg, -81 kg

Sonntag, 26. Februar 2017

Frauen -78 kg, +78 kg
Männer -90 kg, -100 kg, +100 kg

Kampfbeginn an allen drei Tagen um 9:00 Uhr, Finalblock Freitag und Samstag um 17:00 Uhr, Sonntag um 15:00 Uhr (Änderungen vorbehalten).

Der NWJV bietet wieder Karten für den **Judo-Fanblock** an. Detailinformationen zum Kartenvorverkauf sind auf der NWJV-Webseite www.nwjb.de (Sportgeschehen/Judo-Grand-Prix) zu finden.

JUDO



GRAND PRIX

DÜSSELDORF

24. - 26. Februar 2017

Mitsubishi Electric Halle



Tickets: www.judobund.de



Moritz Plafky mit Uchi-mata gegen Otar Bestaev; Mannschaftskapitän Marcel Haupt erhält den Pokal von Präsident Peter Frese (links)



Finalrunde der Männer in Hamburg

Bundesliga-Bronze für die Sportunion Annen

Die Sportunion Annen gewann zum Abschluss der Bundesliga-Saison 2016 die Bronzemedaille. Bei der Finalrunde in Hamburg unterlag das Team von Stefan Oldenburg und Marcel Haupt im Halbfinale mit 4:10 gegen den Gastgeber, das Hamburger Judo Team, das sich am Ende mit einem 7:6-Finalsieg seinen ersten deutschen Meistertitel sicherte.

Gegen die Hansestädter ging das Team aus Witten sogar zunächst in Führung. Moritz Plafky (bis 60 kg) zeigte einen starken Auftritt und besiegte den Kirgisen Otar Bestaev, Fünfter der Asienmeisterschaften, gegen den er zwei Yuko-Wertungen erzielen konnte. Beim Stand von 5:1 für Hamburg erzielte Pierre Borkowski gegen Robin Wendt den zweiten Punkt für die SUA-Kämpfer, so dass es zur Halbzeit bereits 5:2 für den Favoriten stand. Leon Philipp (bis 66 kg) und Mihael Zgank (bis 90 kg) gewannen ihre Kämpfe im zweiten Durchgang.

Die Wittener Betreuer zeigten sich mit den Leistungen ihrer Schützlinge zufrieden und erwarten von dem vorwiegend jungen Team auch in den nächsten Jahren noch einige Überraschungen, denn im Halbfinale hatte die Sportunion unerwartet die favorisierten Judokas aus Leipzig aus der Meisterschaftsserie geworfen.

Zuletzt hatte die Sportunion Annen 2014 im Halbfinale gestanden und damals mit 3:11 gegen den TSV Abensberg verloren. Im vergangenen Jahr schieden die Wittener im Viertelfinale gegen den JC Ettlingen aus.

„Wir haben heute erstklassiges Judo gesehen, ich freue mich schon auf die Kämpfe im nächsten Jahr“ zeigte sich DJB-Präsident Peter Frese von der Veranstaltung und den hochklassigen Kämpfen in der Sporthalle Wandsbek begeistert.

Text und Fotos: Erik Gruhn



Europameisterschaften U 23
in Tel Aviv (Israel)

EM-Bronze für Lea Reimann und Marcel Bizon

Die beiden NWJV-Teilnehmer Lea Reimann vom PSV Duisburg (bis 63 kg) und Marcel Bizon vom 1. JC Mönchengladbach (bis 60 kg) konnten die Europameisterschaften der U 23 in Tel Aviv (Israel) jeweils mit dem Gewinn der Bronzemedaille beenden.

Lea Reimann besiegte zunächst Maxine Heyns aus Belgien mit Yuko-Wertung. Im Viertelfinale unterlag die 22-Jährige mit 2:1 Shido-Bestrafungen gegen Lucy Renshall aus Großbritannien. In der Trostrunde setzte sich die Duisburgerin vorzeitig in einer rein deutschen Begegnung gegen die Deutsche Meisterin Vivian Herrmann aus Garbsen durch. Anschließend traf Lea Reimann im Kampf um Bronze auf Geke van den Berg aus den Niederlanden, die sie bereits im Finale des Europa-Cups in Saarbrücken besiegt hatte. Mit O-uchi-gari erzielte die Deutsche nach 103 Sekunden die entscheidende Ippon-Wertung und sicherte sich den dritten Platz.



Lea Reimann



Marcel Bizon

Marcel Bizon startete mit einem Auftaktsieg gegen Artem Lesyuk aus der Ukraine. Im Viertelfinale musste sich der 21-Jährige nach fünf Minuten nur durch zwei Shido-Bestrafungen gegen Csaba Szabo aus Ungarn geschlagen geben. Nach einem Trostrundensieg gegen Nicolae Foca aus Moldawien besiegte er im Kampf um die Bronzemedaille Kimran Borchashvili aus Österreich mit Yuko-Wertung. Nach den drei Europa-Cup-Medaillen im Oktober bei den Männern konnte der Mönchengladbacher seine Erfolgsserie mit dem Gewinn der Bronzemedaille bei den Europameisterschaften der U 23 fortsetzen.

DJB-Sichtungsturnier in Mannheim: Erste Plätze für Maurice Püchel und Samira Bouizgarne

78 Frauen und 124 Männer gingen beim DJB-Sichtungsturnier der Frauen und Männer U 20 in Mannheim an den Start. Die Judokas aus Nordrhein-Westfalen erkämpften elf Medaillen. Gold holten Samira Bouizgarne (+78 kg/1. JC Mönchengladbach) und Maurice Püchel (-73 kg/TB Wülfrath). Silber erkämpften Jule Erdorf (+78 kg/TSV Hertha Walheim) und Jonas Pütz (+100 kg/JC Asahi Stolberg). Auf dritte Plätze kamen Nora Bannenberg (-57 kg/JC Langenfeld), Sarah Mäkelburg (-70 kg/Sport-Union Annen), Hannah Schatten (-78 kg/TSV Bayer 04 Leverkusen), Philip Utzig (-55 kg/Sport-Union Annen), Roman Pogreban (-66 kg/JSV Düsseldorf),

Frauen U 23

bis 48 kg:

1. Milica Nikolic, SRB
2. Reka Pupp, HUN
3. Laura Martinez Abelenda, ESP
3. Alexandra Pop, ROU

bis 52 kg:

1. Distria Krasniqi, KOS
2. Larisa Florian, ROU
3. Katinka Szabo, HUN
3. Tihea Topolovec, CRO

bis 57 kg:

1. Theresa Stoll, GER
2. Adi Grossman, ISR
3. Natalia Golomidova, RUS
3. Daria Mezhetchkaia, RUS

bis 63 kg:

1. Lucy Renshall, GBR
2. Kamila Badurova, RUS
3. Diana Dzhigaros, RUS
3. Lea Reimann, PSV Duisburg
7. Vivian Herrmann, GER

bis 70 kg:

1. Szabina Gercsak, HUN
2. Katiejemima Yeatsbrown, GBR
3. Aleksandra Samardzic, BIH
3. Elisavet Teltsidou, GRE

bis 78 kg:

1. Anastasiya Turchyn, UKR
2. Antonina Shmeleva, RUS
3. Larissa Groenwold, NED
3. Giorgia Stangherlin, ITA

über 78 kg:

1. Ivana Sutalo, CRO
2. Sebile Akbulut, TUR
3. Yelyzaveta Kalanina, UKR
3. Jodie Myers, GBR

Männer U 23

bis 60 kg:

1. Sakhavat Gadzhiev, RUS
2. Csaba Szabo, HUN
3. Marcel Bizon, 1. JC Mönchengladbach
3. Tornike Tsjakadzea, NED

bis 66 kg:

1. Denis Vieru, MDA
2. Manuel Scheibel, GER
3. Alexander Raskopine, ISR
3. Nils Stump, SUI

bis 73 kg:

1. Hidayat Heydarov, AZE
2. Tohar Butbul, ISR
3. Andrea Gismondo, ITA
3. Akil Gjakova, KOS

bis 81 kg:

1. Koba Mchedlishvili, GEO
2. Antonio Esposito, ITA
3. Abas Azizov, RUS
3. Jesper Smink, NED

bis 90 kg:

1. Beka Gviniashvili, GEO
2. Yahor Varapayeu, BLR
3. Firudin Dadashov, AZE
3. Nemanja Majdov, SRB

bis 100 kg:

1. Niiiaz Bilalov, RUS
2. Mikita Sviryd, BLR
3. Philipp Galandi, GER
3. Niyaz Ilyasov, RUS

über 100 kg:

1. Iakiv Khammo, UKR
2. Tamerlan Bashaev, RUS
3. Jur Spijkers, NED
3. Uladzislau Tsiarpiiski, BLR

Letzte DM-Qualifikation: Deutsche Pokalmeisterschaften

Bei den Deutschen Pokalmeisterschaften der Frauen und Männer in Kirchberg an der Murr wurden die letzten Teilnehmer für die nationalen Meisterschaften im Januar ermittelt. Die ersten Vier in jeder Gewichtsklasse sind bei den Deutschen Meisterschaften in Duisburg startberechtigt. Fünf NRW-Judokas konnten die Qualifikation für die Titelkämpfe im eigenen Land erreichen: bis 63 kg: 3. Isabel Schuldt (JC Sakura Herzogenrath); über 78 kg: 2. Nina Skala (TV Einigkeit Waltrop); bis 60 kg: 3. Peer Radtke (1. JC Mönchengladbach); bis 73 kg: 3. Thomas Graczyk (Sportunion Annen); bis 81 kg: 3. Gabriel Berg (TSV Bayer 04 Leverkusen).

Jan Luca Schatten (-100 kg/TSV Bayer 04 Leverkusen) und Leon Kary (-100 kg/TSV Bayer 04 Leverkusen).



Andrea Haarmann, Linda Kloßak und Klara Beerenwinkel (von links nach rechts)



Fünfeinhalb NRW-Judokas in Fort Lauderdale bei der Veteranen-WM

Die Vorbereitung und Planung für die Veteranen-Weltmeisterschaften in Fort Lauderdale (Miami/USA) war bei den angereisten NRW-Athleten sehr unterschiedlich, aber alle hatten das gleiche Ziel: Gute Kämpfe und eine Medaille! Das übliche Prozedere bei der Anmeldung mit der ewigen Warterei ist da immer die erste Herausforderung. Aus NRW waren sechs Aktive nach Fort Lauderdale gereist.

Der Senior im Bunde war Werner Dansczyk vom JC 66 Bottrop, der bei den Männern M9 bis 73 kg an den Start ging. Werner durfte auch als Erster auf die Wettkampffläche. In einer gut gefüllten Klasse konnte Werner sich in seiner ersten Begegnung gegen den Kasachen Seidagalamov mit Ippon durchsetzen. Gegen den Briten Catrill gab es dann allerdings eine Niederlage. Nach einem Freilos und einer weiteren Niederlage gegen den Litauer Azarovs belegte Werner am Ende einen siebten Platz.

Am dritten Wettkampftag ging es für Jürgen Wagner vom PSV Bochum um die Medaille. Auch diese Gewichtsklasse war sehr gut bestückt. Jürgen startete gut mit einem Sieg gegen den Slowaken Poznik. Im nächsten Kampf wartete mit Ionov ein ganz harter Brocken. Gegen den späteren Sieger gab es leider auch eine deutliche Niederlage. Taktisch gut konnte Jürgen die nächsten beiden Kämpfe mit jeweils Wazaari für sich entscheiden. Auch im vierten Kampf gegen den Iren Cummins führte er schon mit Yuko, handelte sich dann aber unnötige Strafen ein und gab den Kampf mit Wazaari ab und belegte am Ende den siebten Platz.



Werner Dansczyk



Jürgen Wagner

Der vierte Tag war der Tag der Frauen. Hier waren mit Linda Kloßak vom JC 66 Bottrop, Klara Beerenwinkel vom JC Kolping Bocholt sowie Andrea Haarmann vom JK Hagen drei NRW-Starterinnen dabei. Die Frauen kämpften immer im Wechsel auf unterschiedlichen Matten und konnten sich meist gegenseitig unterstützen, was schon sehr hilfreich war. Linda startete in der F1 bis 70 kg. Ihre ersten beiden Kämpfe gestaltete sie sehr offensiv und brachte ihre Gegnerinnen schnell in Bedrängnis. Zwei vorzeitige Siege gegen Oliveira aus Brasilien und Kvapilova aus der Tschechei waren der verdiente Lohn. Im Finale gab es ein rein deutsches Duell gegen Madlen Österreich. Auch hier war die Partie bis kurz vor Ende sehr ausgeglichen. Nach einem Schlagausaustausch ließ sich Linda kurz vor Ende der regulären Kampfzeit überraschen und gab den Kampf ab. Über Silber durfte sich Linda trotzdem freuen.

Klara durfte sich bis 78 kg in der F5 mit der Konkurrenz messen. Klara musste zuerst gegen die sehr starke Britin Hopkins auf die Matte. Gut eingestellt konnte Klara lange mithalten, bevor die Britin den Kampf vorzeitig beendete. Gegen die US-Amerikanerin Smith lief es dann deutlich besser. Hier dominierte Klara von Anfang an die Partie und sicherte sich mit einer schönen Technik den vorzeitigen Sieg und holte sich ebenfalls Silber.

Die letzte im Trio war Andrea Haarmann in der F5 bis 70 kg. Andrea hatte vier Kämpfe zu bestreiten. Gegen die Italienerin Calamo nutzte sie gleich die erste Gelegenheit zum Angriff und sicherte sich vorzeitig den Sieg. Einzig die Britin war sehr unangenehm zu kämpfen. Hier ging es fast über die gesamte Kampfzeit, ehe Andrea die Britin mit einem Haltegriff besiegen konnte. Die Kämpfe gegen die Tschechin Auterska und die Brasilianerin Gama beendete sie schnell vorzeitig mit Punkt.

Die Ausbeute mit 1 x Gold und 2 x Silber war für die NRW-Judokas sehr erfreulich. Eigentlich war mit Wolfgang Vornhagen noch ein weiterer Aktiver in Miami gemeldet, der aber bedingt durch eine Verletzung leider nicht am Wettkampfgeschehen teilnehmen konnte. So betreute er die Damen und war außerdem als Fotograf sehr aktiv. Nach den Wettkämpfen ging für einige der Spaß dann weiter. Werner, Jürgen, Wolfgang, Linda und Klara machten einfach noch ein paar Tage Urlaub und schauten sich noch das ein oder andere in Miami und Umgebung an. Der „Black friday“ lud zudem noch zum Shoppen ein. Das Wetter war auch einfach herrlich. Und bei der langen Anreise lohnen sich ein paar Tage länger auf jeden Fall. Lediglich Andrea machte sich direkt nach den Kämpfen wieder auf die Heimreise.

Andrea Haarmann

Deutscher Jugendpokal U 14 in Senftenberg

Kampfgemeinschaft VdS Nievenheim/ Budo-Sport Kaarst auf Platz neun

In Senftenberg fand der Deutsche Jugendpokal der Altersklasse U 14 statt. Die Kampfgemeinschaft VdS Nievenheim/Budo-Sport Kaarst war nach ihrem Sieg im Landesentscheid eine Woche zuvor mit den Mädchen nach Brandenburg gefahren. Nach Anreise und ersten Aktivitäten am Freitag starteten die Wettkämpfe am Samstag.

In der ersten Begegnung der Mädchen aus Nievenheim und Kaarst war die Kampfgemeinschaft (KG) Blau-Weiss Hollage/Judo-Tiger Visbek der Gegner. Mit 4:1 konnten sie sich deutlich durchsetzen. Im zweiten Kampf gegen den PSV Olympia Berlin lautete das Ergebnis auch deutlich 3:1. Der dritte Kampf gegen das Team Schwerin gestaltete sich offen und nach je zwei Siegen für jedes Team und einem Unentschieden entschied beim Stand von 2:2 die Unterbewertung mit 20:15 knapp für die KG.

Danach wartete im Achtelfinale die KG 1. JC Mönchengladbach/JC Haldern. Wie schon im Landesentscheid gewann die Kombi Nievenheim-Kaarst mit 3:2. Der nächste Kampf, das Viertelfinale war sehr eng. Nach einer 2:0-Führung konnte das Team der KG SC Berlin/Samurai Berlin noch zum 2:2 ausgleichen und der letzte Kampf entschied. Die Berliner behielten die Oberhand und gewannen 3:2. In der Trostrunde mussten die Mädchen die Niederlage gegen Berlin erst einmal verdauen. Gegen die KG JC RBS Leipzig/BSC Motor

Rochlitz stand es nach vier Kämpfen wieder 2:2 und der letzte Kampf entschied. Leider gelang es auch diesmal nicht diesen zu gewinnen und so beendete die junge Kampfgemeinschaft aus dem Rhein-Kreis den Deutschen Jugendpokal unter 27 Mannschaften auf dem neunten Platz.

Frank Beyersdorf



Die Mannschaft der Kampfgemeinschaft VdS Nievenheim/Budo-Sport Kaarst in Senftenberg (von links): Fabian May (Deutscher Judo-Bund), Frank Beyersdorf, Amira Aabaslama, Sophia von Laszewski, Evelyn Vietz, Kira Huyzenfeld, Carolin Gottowik und Marie-Cecile Wachendorf



Deutsche Vereinsmannschaftsmeisterschaften U 18 in Frankfurt (Oder)

Platz fünf für SSF Bonn – PSV Duisburg auf Rang sieben

In Frankfurt (Oder) fanden die letzten Deutschen Vereinsmannschaftsmeisterschaften der U 18 statt. Im kommenden Jahr wird die Veranstaltung durch den Deutschen Jugendpokal abgelöst.

Bei den Männern U 18 konnte der JC Hennef mit einem 5:2-Sieg gegen den JC Leipzig starten, unterlag anschließend aber mit 3:4 gegen TH Eilbeck. In der Trostrunde gab es eine knappe 3:4-Niederlage gegen den SV 1883 Schwarzta. Der Westdeutsche Meister SSF Bonn musste sich zum Auftakt mit 1:6 gegen UJKC Potsdam geschlagen geben. In der Trostrunde besiegten die Bonner mit 4:3 den JC Leipzig und mit 5:2 die KG RSV Eintracht/PSV Frankfurt (Oder). Der Kampf um Bronze endete mit 3:4 gegen den TH Eilbeck, so dass SSF Bonn nur knapp die Medaille verpasste.

Bei den Frauen U 18 starteten beide NRW-Teams mit knappen Niederlagen in den Wettkampf. Der PSV Duisburg unterlag mit 3:4 gegen die KG Mattenteufel Erfurt/PSV Erfurt und der 1. JC Mönchengladbach ebenfalls mit 3:4 gegen den TSV Großhadern. Für die Mönchengladbacherinnen kam nach einem 3:4 gegen die KG JC Kim-Chi Wiesbaden/1. JC Bürstadt das vorzeitige Aus. Der PSV Duisburg gewann mit 5:2 gegen die KG Bramfelder SV/HT 16 Hamburg und beendete die Meisterschaften nach einer 1:6-Niederlage gegen den TSV Großhadern auf Platz sieben.

Erik Gruhn





Westdeutsche Einzelmeisterschaften der Frauen und Männer in Bochum

Auf direktem Weg zu den Deutschen Meisterschaften

Bis zum letzten Jahr führte der Weg zu den Deutschen Meisterschaften über die Deutschen Pokalmeisterschaften. Der Deutsche Judo-Bund (DJB) hat den Qualifikationsmodus für die nationalen Titelkämpfe jetzt wieder geändert und möchte bei den höchsten Meisterschaften für die Frauen und Männer ein größeres Teilnehmerfeld zulassen. Die ersten Vier der Gruppenmeisterschaften qualifizieren sich nun wie früher auf direktem Weg zu den Deutschen Meisterschaften. Für die Judokas aus Nordrhein-Westfalen kam in diesem Jahr ein besonderer Anreiz für die Qualifikation hinzu, denn die nationalen Titelkämpfe finden am 21. und 22. Januar 2017 in Duisburg und damit vor der eigenen Haustür statt.

Der Verein Judoka Wattenscheid sorgte auf vier Matten für die gewohnt reibungslose Ausrichtung der Westdeutschen Einzelmeisterschaften. Mit 86 Frauen und 103 Männern war eine weitere Steigerung der Teilnehmerzahl zu verzeichnen. Zum ersten Mal wurden die drei Finalblöcke als Livestream auf der NWJV-Facebookseite übertragen. Im Medaillenspiegel der Bezirke belegte der Bezirk Köln mit sechs Gold-, sechs Silber- und acht Bronzemedailles den ersten Platz vor Arnsberg (4/1/5), Düsseldorf (3/5/6), Detmold (1/0/1) und Münster (0/2/8).

Nur ein Judoka konnte seinen Titel aus dem Vorjahr erfolgreich verteidigen. Max Baczak vom TSV Hertha Walheim wiederholte seinen Erfolg in der Klasse bis 73 kg und setzte sich im Finale gegen Rupert Hammen vom BFC Solingen durch.

Text und Fotos: Erik Gruhn





Max Baczak vom TSV Hertha Walheim verteidigte seinen Titel in der Klasse bis 73 kg



Ergebnisse Frauen

bis 48 kg:

1. Gianna Lietz, PSV Bochum
2. Annika Kral, 1. JC M'gladbach
3. Nisrine Khyate, 1. Godesb. JC
3. Ramona Sudhoff, 1. JJJC Dortmund
5. Jenny Häsel, Lünen SV
5. Alina Burgheim, JG Münster

bis 52 kg:

1. Vivien Wenk, Judo Team Erkelenz
2. Saskia Scherer, BS Kaarst
3. Mona Heeb, JC Hennef
3. Katharina Schuldt, Sak. Herzog.
5. Jana Schmitz, 1. JC M'gladbach
5. Femke Breier, Osterrather TV

bis 57 kg:

1. Merle Grigo, JC Langenfeld
2. Kim Sarah Czichy, Brühler TV
3. Irina Arends, FC Stella Bevergern
3. Stephanie Wirl, Stella Bevergern
5. Nicole Neuhofer, 1. Essener JC
5. Alina Schubert, TV Hüinghausen

bis 63 kg:

1. Julia Malcherek, PSV Duisburg
2. Alice Schweinoch, JT Erkelenz
3. Janina Beune, Bayer Leverkusen
3. Lena Konsolke, SU Annen
5. Sophie Dudziak, PSV Essen
5. Isabel Schuldt, Sakura Herzogenr.

bis 70 kg:

1. Sarah Mäkelburg, SU Annen
2. Jenny Schmitz, JJJC Yam. Porz
3. Arijana Peric, JC 71 Düsseldorf
3. Katrin Borchardt, JC Wermelsk.
5. Pia Bartelt, JG Münster
5. Wiebke Heseding, 1. Godesb. JC

bis 78 kg:

1. Rahel Krause, TuS Volmetal
2. Katrin Leimgart, Remscheider TV
3. Nina Grabowski, BC Kamp-Lintf.
3. Annalena Stapper, DJK Stadtlohn
5. A. Martinez-Schramm, SC W'tal
5. Nicole Wehmeier, SV Brackwede

über 100 kg:

1. Julia Tillmanns, 1. JC M'gladbach
2. Mareike Lanfermann, JKG Essen
3. Carina Hagen, VfL Hüls
3. Sandra Müller, JC Holzwickede
5. Annika Keuthen, TV Salzkotten
5. Nina Skala, TV Einigkeit Waltrop

Ergebnisse Männer

bis 60 kg:

1. Till Moritz Riehl, JC Hennef
2. Sebastian Wirtz, Brühler TV
3. Simon Schlichting, Stella Beverg.
3. Marcel Leenings, Hertha Walheim
5. Badr Albin Alsbini, 1. JC MG
5. Peer Radtke, 1. JC Mönchengladb.

bis 66 kg:

1. Tim Malewany, SU Annen
2. Devin Waldenburg, Beueler JC
3. Niccolo Amato, PSV Duisburg
3. Sven Rösner, 1. JJJC Dortmund
5. Marc Smolny, PSV Essen
5. Benedikt Schröder, PSV Herford

bis 73 kg:

1. Max Baczak, Hertha Walheim
2. Rupert Hammen, BFC Solingen
3. Bachuki Tchikaidze, Bayer Lev.
3. Andreas Komar, VfL Hüls
5. Kai Krüger, JC 71 Düsseldorf
5. Thomas Graczyk, SU Annen

bis 81 kg:

1. Nikola Discher, JJC Lammersdorf
2. Timo Ellrich, Bayer Leverkusen
3. Florian Dieck, JG Ladbergen
3. Boris Peric, JC 71 Düsseldorf
5. Gabriel Berg, Bayer Leverkusen
5. Erik Jansen, JG Münster

bis 90 kg:

1. Fabian Karau, PSV Herford
2. Patrick Hollenberg, JG Ibbenbüren
3. Ruben Wolf, Brühler Turnverein
3. Felix Packlin, 1. JJJC Hattingen
5. Fabian Heeke, Stella Bevergern
5. Niklas Glahn, TSV Vikt. Mülheim

bis 100 kg:

1. Jannis Leonhardt, Bushido Köln
2. Lutz Behrla, Koriouchi Emsdetten
2. Martin Garic, JC 93 Bielefeld
3. Peter Wiese, Velberter JC
5. Michael Grieb, PSV Duisburg
5. Nico Papajewski, PSV Bochum

über 100 kg:

1. Dennis Kary, Bayer Leverkusen
2. Manuel Neumann, DSC Wanne-E.
3. Sebastian Stawowy, JST Herten
3. Philipp Münnich, Velberter JC
5. Bernd Ihrlich, JC Asahi Stolberg
5. Jurij Seryj, PSV Herford

Westdeutsche Vereinsmannschaftsmeisterschaften der U 18

Mönchengladbach und Bonn holen letzte Mannschaftstitel

In Holzwickede richtete Titelverteidiger SU Annen die Westdeutschen Vereinsmannschaftsmeisterschaften der U 18 aus. Wie schon bei der U 15 waren auch die Wettkämpfe der U 18 die letzte Veranstaltung dieser Art, da die Vereinsmannschaftsmeisterschaften ab dem nächsten Jahr zugunsten des DJB-Jugendpokals abgeschafft werden.

Zunächst setzte sich bei den Männern die SSF Bonn mit einem 3:3-Finalsieg aufgrund der besseren Unterbewertung gegen den JC Hennef durch. Später gewann der 1. JC Mönchengladbach das Finale der Frauen mit 4:3 gegen den JC Langenfeld. Die Langenfelder hatten den Endkampf mit nur vier Kämpferinnen erreicht und verzichteten wegen der dünnen Besetzung auf die Teilnahme an den Deutschen Meisterschaften in Frankfurt (Oder). Nachrücker war der PSV Duisburg. Auf der Facebookseite des NWJV sind die Videos der beiden Finalkämpfe zu sehen.

Text und Foto: Erik Gruhn



Platzierungen Frauen U 18

1. 1. JC Mönchengladbach
2. JC Langenfeld
3. PSV Duisburg
3. JC Asahi Stolberg
5. PSV Herford
5. DJK Eintracht Borbeck
7. JC Hennef
7. KG JC Banzai Gelsenkirchen/JC 66 Bottrop

Platzierungen Männer U 18

1. SSF Bonn
2. JC Hennef
3. JC Asahi Stolberg
3. Sportunion Annen
5. JC 66 Bottrop
5. 1. JC Mönchengladbach
7. 1. SC Lippetal
7. PSV Duisburg

Hennef und Duisburg/Osterath gewinnen ersten Vereinspokal

Der 1. JC Mönchengladbach richtete die Premiere des Westdeutschen Vereinspokals für Frauen- und Männermannschaften aus. Der Wettbewerb wird mit Fünfermannschaften ausgetragen und wird im kommenden Jahr auch als Deutscher Vereinspokal auf Bundesebene durchgeführt. Am Start waren drei Frauen- und fünf Männermannschaften. Bei den Frauen dürfen Kampfvereinsmannschaften gebildet werden, bei den Männern sind nur reine Vereinsmannschaften startberechtigt.



Bei den Frauen sicherte sich die Kampfvereinsmannschaft PSV Duisburg/Osterather TV den Sieg vor der KG 1. JC Mönchengladbach/JSC Erkelenz und dem Brühler TV. Die Konkurrenz bei den Männern gewann der JC Hennef vor der Sportunion Annen, dem Brühler TV, dem 1. JC Mönchengladbach und dem Post SV Düsseldorf.

Text und Fotos: Erik Gruhn



INFORMATIONEN FÜR DIE VEREINE DES NWJV

Bestandserhebung an den NWJV 2017

Die Bestandserhebung/Stärkemeldung an den NWJV für 2017 erfolgt - wie schon seit 2012 - nur noch online. Die Eingabe der Mitgliederzahlen ist **ab 2. Januar 2017** möglich. Hierzu bitte auf der NWJV-Internetseite www.nwJV.de den Punkt „Intern“ auswählen. Die Zugangsdaten aus dem Vorjahr sind weiterhin gültig.

Unter dem Punkt **Vereinsdaten** haben Sie eine Übersicht über die zu Ihrem Verein gespeicherten Daten, die auch auf den Internetseiten veröffentlicht sind. Hier können Sie zu den Daten - wenn noch nicht vorhanden - Ihr Vereinslogo hochladen. Dieses erscheint zu Ihren Vereinsdaten auf den Internetseiten des NWJV. Über den Punkt **Vereinsdaten/Benutzerdaten ändern** können Sie selbst Änderungen Ihrer Daten vornehmen.

Unter dem Punkt **Stärkemeldungen** finden Sie den Punkt **Stärkemeldung 2017**. Hier geben Sie bitte Ihre Mitgliederzahlen mit dem Stand 1.1.2017 nach Jahrgängen gestaffelt und nach aktiven und passiven Mitgliedern getrennt ein. Die Summen werden automatisch ermittelt. Bitte beachten Sie, dass die Summe der aktiven und passiven Mitglieder mit der Bestandserhebung an den Landessportbund Nordrhein-Westfalen für die Sparte Judo übereinstimmen muss. Nachdem Sie die Zahlen gespeichert haben, ist noch eine Änderung möglich. Wenn Sie die Daten im letzten Schritt abgeschickt haben, ist eine Änderung nicht mehr möglich.

Anleitung zur Eingabe der Mitgliederzahlen für die Bestandserhebung auf der NWJV-Webseite

Wählen Sie sich mit Ihren Zugangsdaten auf der NWJV-Webseite unter dem Punkt „Intern“ ein. Wählen Sie den Punkt „Stärkemeldungen“ und den Punkt „Stärkemeldung für 2017 erstellen“.

- Geben Sie in das obere graue Feld den **ältesten Jahrgang** ein.
- Danach drücken Sie „Enter“.
- Geben Sie jetzt die Zahl der männlichen Mitglieder für den ältesten Jahrgang ein.
- Drücken Sie erneut „Enter“.
- Geben Sie jetzt die Zahl der weiblichen Mitglieder für den ältesten Jahrgang ein.
- Drücken Sie wieder „Enter“.
- Danach wird der nächste Jahrgang angezeigt.
- Gehen Sie immer mit der „Enter“-Taste weiter, bis Sie alle Mitgliederzahlen eingegeben haben.

Wenn Sie einen Jahrgang nicht dabei haben, können Sie die Anzeige manuell auf den nächsten vorhandenen Jahrgang ändern. Wenn Sie ein Mitgliederzahlenfeld (männlich/weiblich) nicht ausfüllen, wird es automatisch auf Null gesetzt.

Anschließend wiederholen Sie den Vorgang darunter gegebenenfalls für passive Mitglieder.

Zum Abschluss nach Eingabe aller Zahlen auf „Speichern“ klicken.

Abgabeschluss für die Bestandserhebung an den NWJV ist der 31. Januar 2017!

Im folgenden Schritt geben Sie an, wie Sie Ihren Beitrag an den NWJV bezahlen möchten (Überweisung, SEPA-Lastschriftinzug oder später bezahlen). Nach Abschluss der Eingaben können Sie Ihre Bestandserhebung auch als pdf-Datei ausdrucken.

Unter dem Punkt **Rechnungen** finden Sie eine Übersicht der Beitragsrechnungen an Ihren Verein, darunter auch die aktuelle Beitragsrechnung zum Ausdrucken. Bitte beachten Sie: **Eine Zusendung der Beitragsrechnung per E-Mail oder per Post erfolgt nicht.**

Nach der Bezahlung Ihrer Beitragsrechnung (anteilig oder gesamt) erfolgt der Versand der DJB-Beitragsmarken für die Judopässe. Bitte beachten Sie die Beitragsordnung des NWJV.

Warum muss der Verein neben der Stärkemeldung an den Landessportbund eine zusätzliche Meldung an den NWJV abgeben?

Leider lässt es sich nicht vermeiden, die Mitgliederzahlen neben der Bestandserhebung an den Landessportbund NRW (LSB NRW) auch noch einmal beim NWJV abzugeben. Hierfür gibt es die folgenden Gründe:

- Die Stärkemeldung des Landessportbundes NRW unterscheidet nicht zwischen aktiven und passiven Mitgliedern. Zur Erstellung der Beitragsrechnung benötigen wir aber die Zahlen von aktiven und passiven Mitgliedern getrennt.
- Die Erstellung der Beitragsrechnungen für die Vereine durch den NWJV erfolgt automatisch nach der Eingabe der Mitgliederzahlen in unser System. Eine automatische Rechnungstellung aus der Datenbank des LSB NRW heraus ist für uns nicht möglich.
- Aus der Datenbank des NWJV heraus werden automatisch die Stimmzahlen der Vereine für die Verbandstagung, den Verbandsjugendtag und die Versammlungen auf Kreis- und Bezirksebene berechnet. Da die Stimmverteilungen nach der Satzung bzw. der Jugendordnung des NWJV erfolgen, ist eine Ermittlung der Stimmzahlen aus der Datenbank des LSB NRW heraus nicht möglich.

Das Präsidium des NWJV bittet um Verständnis dafür, dass sich die Mehrarbeit für die Vereine aus diesen Gründen derzeit nicht vermeiden lässt.

Bitte beachten! Bei nicht korrekter Eingabe der Mitgliederzahlen nach Jahrgängen erfolgt keine korrekte Ausrechnung der Stimmzahlen für die Versammlungen des Verbandes durch unser System. Um Nachteile zu vermeiden, sollten die Zahlen sorgfältig eingegeben werden.

Zugangsdaten verlegt oder vergessen?

Falls Sie die Zugangsdaten nicht mehr vorliegen haben, senden Sie bitte eine E-Mail an e.gruhn@nwJV.de

Wir senden dann an die in unserer Vereinsdatenbank hinterlegte E-Mail-Adresse neue Zugangsdaten.

► BEI RÜCKFRAGEN ZUR BESTANDSERHEBUNG STEHEN IHNEN DIE MITARBEITER UNSERER GESCHÄFTSSTELLE GERNE ZUR VERFÜGUNG:

TEL.: 02 03 / 73 81 - 6 22 - E-MAIL: INFO@NWJV.DE

DJB-Mitgliederversammlung

Peter Frese für weitere vier Jahre zum DJB-Präsidenten gewählt

In Hannover tagten die Vertreter der 18 Landesverbände bei der Mitgliederversammlung des Deutschen Judo-Bundes (DJB).

Bei den Neuwahlen des DJB-Präsidiums wurde Peter Frese ohne Gegenkandidat für weitere vier Jahre zum Präsidenten gewählt. Der 63-jährige Wuppertaler ist seit dem Jahr 2000 im Amt. Zu Vizepräsidenten wählte die Versammlung Michaela Engelmeier aus Engelskirchen, Dietrich Schneider aus Berlin und Dr. Rainer Ganschow aus Hamburg. Schatzmeister bleibt Wolf-Dietrich Kurt, der dieses Amt bereits seit 25 Jahren bekleidet.

Die Bestätigung der Vorstandsmitglieder erfolgte einstimmig: Laura Tsafak (Frauenreferentin), Jane Hartmann (Bundesjugendleiterin), Norbert Specker (Bundesjugendleiter), Stephan Bode (Bundeskampfrichterreferent), Ralf Lippmann (Lehr- und Prüfungsreferent), Johannes Karsch (Ligareferent), Erik Gruhn (Pressereferent), Stefan Bernreuther (Kata-Referent) und Günter Geist (Behindertensportreferent).

Neue Bundestrainer sind Richard Trautmann für die Männer und Claudiu Pusa für die Frauen.

Verbandsjugendtag des NWJV in Witten

Sandra Wolski neue stellvertretende Verbandsjugendleiterin

Anlässlich des 50-jährigen Jubiläums der SU Witten-Annen hatte die Verbandsjugendleitung ihren Jugendtag nach Witten gelegt.

Für die ausscheidende Gianna Schmitz wurde Sandra Wolski als stellvertretende Verbandsjugendleiterin gewählt. Neue Jugendsprecher im Verband sind Thomas Vogelgesang und Stellvertreter Torben Tränker.

Nach erfolgreicher Premiersaison mit über 50 Mannschaften wurde die Bezirksliga U 16 wurde für 2017 fest in der Wettkampfordnung verankert. Nach Durchführung der BEM U 10/U 13 in diesem Jahr entschloss sich die Jugendversammlung dem Antrag der Verbandsjugendleitung zur Änderung der Altersklasse auf U 10/U 13 ab 2017 zuzustimmen.

Die U 10 wurde wegen dem Wechsel zu den weiterführenden Schulen eingeführt. Kinder in der U 10 sind im 4. Schuljahr und können so für die weiterführenden 18 NRW-Sportschulen und 23 sportbetonten Schulen als Talente bei den Bezirksmeisterschaften gesichtet werden. Der älteste Jahrgang der U 13 darf ab 2017 sowohl in der U 13 als auch in der U 15 doppelt starten. Mit dieser Maßnahme möchte der NWJV den Dropout in diesem Altersbereich verringern.



Das neue DJB-Präsidium: Wolf-Dietrich Kurt, Dietrich Schneider, Michaela Engelmeier, Peter Frese, Jane Hartmann, Reinhard Nimz und Mark Borchert (von links nach rechts); auf dem Foto fehlt Dr. Rainer Ganschow

„Wie die Zeit vergeht“ – Ein Rückblick in die Geschichte

50 Jahre

Sport-Union Witten-Annen und JC 66 Bottrop: Zwei Traditionsvereine feiern in diesem Jahr ihr 50-jähriges Bestehen.

30 Jahre

Rhein-Ruhr-Pokal: Am 30. November 1986 richtete der MSV Duisburg zum ersten Mal den Rhein-Ruhr-Pokal aus, das traditionsreichste Turnier auf Landesebene.

25 Jahre

NWDK: Am 17. März 1991 wurde das Nordrhein-Westfälische Dan-Kollegium in Wuppertal gegründet. Erster Präsident war Matthias Scheißleder.

20 Jahre

NWJV-Webseite: Im September 1996 ging der NWJV im Internet an den Start.

15 Jahre

Bezirkskader und Talentsichtungswettbewerb: 2001 führte der NWJV die Bezirkskader mit den Bezirkstrainern ein.

Training

Seit Ende der Herbstferien hat **Lena Göldi** zusammen mit Landestrainer Eduard Matijass das Dienstag-Training für die U 18 im BLZ Köln übernommen. Neben Techniktraining gibt es auch Randoris. Das Training ist offen für alle Judokas ab Bezirkskader. Trainingszeit: Dienstags 17:00 - 19:00 Uhr.

Das bisherige Bezirkstraining beim Bezirkstrainer Köln Thomas Berg ist auf den Montag 17:00 - 18:30 Uhr verlegt worden; für alle Kids aus dem Bezirk Köln die in den Bezirkskader wollen.

Der NWJV hat den Vielseitigkeitswettbewerb zur Talentsichtung überarbeitet. Unter der Adresse www.nwjb.de/jugend/nachwuchsleistungssport/vielseitigkeitswettbewerb gibt es alle Infos mit Videos auf der NWJV-Webseite.



10 Jahre Judo J-Team NRW - Junge Menschen fordern und fördern

Vor zehn Jahren betrat der NWJV Neuland. An einem schönen Novembertag gründeten fünf junge Judokas zusammen mit Erik Goertz, NWJV-Jugendbildungsreferent, in Herne das Judo J-Team NRW. So richtig war keinem der Beteiligten bewusst, was dies bedeuten würde. Immerhin war der NWJV der erste landesweite Fachverband in NRW, der ein J-Team gründete. Junges Engagement fördern und neue Ideen entwickeln. Dies war der Ansatz damals und er ist es bis heute geblieben. Zehn Jahre nach der Gründung blicken die ehemaligen und aktuellen J-Teamer auf eine Erfolgsgeschichte zurück. „Das Judo J-Team NRW hat sich in den vergangenen Jahren zu einer festen Institution im Verband entwickelt. Es ist schön zu sehen, wie sich die Mitglieder während der Arbeit in diesem Team weiterentwickelt haben“, sagt Erik Goertz.

Kernkompetenzen entwickeln

Daniel Skakavac ist ein Beispiel für diese Entwicklung. Der Judoka des TSVE 1890 Bielefeld sammelte seine ersten Erfahrungen im Ehrenamt im Verein und engagierte sich seit 2007 auf Verbandsebene. Mittlerweile ist er in seiner zweiten Amtszeit als Mitglied des Vorstandes der Sportjugend NRW. „Im Judo J-Team NRW konnte ich neue Ideen entwickeln und umsetzen. Ich konnte mich ausprobieren und neue Kernkompetenzen entwickeln. Dies hat mir eine Mitarbeit in der Sportjugend NRW ermöglicht“, blickt Skakavac zurück. Dabei übernehmen er und die weiteren Mitglieder des Judo J-Team NRW wichtige Aufgaben innerhalb des Verbandes. Beim Judo Grand-Prix in Düsseldorf unterstützen sie die Organisation als Volunteers. Bei der NWJV-Sommerschule und während des NWJV-Talentcamps stellen sie einen großen Teil des Betreuerenteams. „Das Judo J-Team NRW ist mittlerweile zu einem Pool verlässlicher Helferinnen und Helfer geworden. In den vergangenen Jahren entstand ein Netzwerk des Ehrenamtes innerhalb unserer Strukturen“, erklärt Goertz. Dieses Netzwerk wirkt, wie im Fall Skakavac, nach außen, aber auch nach innen.

Sprungbrett für ehrenamtliche Laufbahn

Seit Jahren sind ehemalige Judo J-Team NRW-Mitglieder in der Verbandsjugendleitung vertreten. Nach ihrer Zeit als NWJV-Jugendssprecherin übernahm Gianna Schmitz Aufgaben in diesem Gremium. Im November 2016 wurde mit ihrer Nachfolgerin Sandra Wolski ebenfalls eine ehemalige Jugendsprecherin als stellvertretende Verbandsjugendleiterin gewählt. „2008 wurden die NWJV-Jugendsprecher erstmals beim Jugendsprechertag gewählt. Dadurch haben die jungen Judokas gelernt, wie man Sitzungen führt, Wahlen organisiert und Entscheidungen trifft. Die Jugendsprecher nahmen zudem an den Jugendausschusssitzungen teil und vertraten so direkt ihre Meinung. Durch die Integration des Judo J-Teams NRW in die Verbandsstrukturen haben wir eine Grundlage für die weitere Arbeit im Verband gelegt“, blickt Goertz zurück. So begann auch Wolskis Weg im Judo J-Team NRW. Nach ihrer Zeit als Jugendsprecherin engagierte sie sich weiter im Bezirk Düsseldorf. Als Bezirksjugendleiterin sammelte sie Erfahrungen, die sie nun in der Verbandsjugendleitung einbringen möchte. „Die Zeit im Judo J-Team NRW hat mich geprägt. Sie war für mich ein Sprungbrett in meiner weiteren ehrenamtlichen Laufbahn“, sagt Wolski heute.

Junior Manager Ausbildung

Die systematische Weiterentwicklung der Kernkompetenzen im jungen Engagement wurde 2012 auf eine neue Ebene gehoben. Seitdem organisiert der NWJV die Junior Manager Ausbildung. Eine Ausbildung, in der junge Judokas die Grundlagen der Verbandsarbeit lernen und sich bei der konzeptionellen Ausarbeitung weiterer Projekte ausprobieren können. „Die Junior Manager Ausbildung ist für uns eine tolle Möglichkeit, jungen Menschen die Arbeit im Verein und Verband näher zu bringen. Ehemalige Mitglieder des Judo J-Teams NRW sind mittlerweile Referenten und geben ihr Wissen an die kommende Generation Ehrenamtler weiter“, erläutert Goertz.



Eintauchen in eine neue Welt

Das Judo J-Team NRW hat in den vergangenen zehn Jahren nicht nur das Junge Engagement in NRW mitgestaltet. Mitglieder reisten mit der Deutschen Sportjugend nach Japan, zu den Olympischen Jugendspielen und den Olympischen Spielen. Innerhalb der Deutschen Sportjugend und des Deutschen Judo-Bundes übernehmen sie Aufgaben und repräsentieren den NWJV auf nationaler und internationaler Bühne. Moritz Belmann, mittlerweile Mitglied der International Student Commission des Europäischen Hochschulsportverbandes (EUSA), absolvierte die Ausbildung zum internationalen Anti-Doping Jugendbotschafter, arbeitete in der Deutschen Sportjugend im Rahmen der Deutschen Olympischen Jugendlager 2012 und 2014 mit und übernahm 2013 für drei Jahre die Aufgaben als stellvertretender Bundesjugendleiter im Deutschen Judo-Bund. Jetzt, zehn Jahre nachdem der heute 25-Jährige das Judo J-Team NRW mitbegründete, schaut er beeindruckt auf das vergangene Jahrzehnt zurück. „Die Mitarbeit im Judo J-Team NRW war für mich wie das Eintauchen in eine neue Welt. Raus aus dem kleinen Teufel, rein in die große Verbandswelt. Ich habe unendlich viele neue Menschen kennengelernt und vor allem habe ich mich weiterentwickelt. Wenn ich heute an den unsicheren 15-Jährigen von damals denke, muss ich schon etwas schmunzeln“, sagt Belmann.



Den Verband mitgestalten

In der Vergangenheit haben die J-Teamer etwas bewegt. Dies wird auch in Zukunft der Fall sein, da ist sich Erik Goertz sicher: „Durch die Arbeit der Mitglieder des Judo J-Teams NRW, hat sich der Stellenwert des Ehrenamts im NWJV und darüber hinaus auch im DJB geändert. Wir müssen verstehen, dass die Jugendlichen, die sich heute engagieren, in Zukunft den Verband mitgestalten werden. Deshalb müssen wir sie fördern und da bietet das Judo J-Team NRW die perfekte Bühne.“ Im November stellten die aktuellen Mitglieder des Judo J-Teams NRW die Weichen dafür. Beim Jugendsprecher-tag in Witten wählten sie Thomas Vogelgesang und Torben Tränker zu ihren Jugendsprechern. Zusammen mit den Jugendsprecherinnen Marie-Christin Klaff und Melissa Räther sowie den anderen Mitgliedern des Judo J-Team NRW werden sie in den kommenden Monaten in bewährter Manier ihre Aktionen planen und durchführen. Bei den Deutschen Meisterschaften in Duisburg, beim Grand-Prix in Düsseldorf, während der Ruhr Games 2017 und weiteren Veranstaltungen werden sie aktiv sein. Denn sie geht immer weiter – die Erfolgsgeschichte des Judo J-Teams NRW.



NWJV

NWJV-Newsletter November 2016



Wettkampfsport

- Bronze in der Judo-Bundesliga für Mönchengladbach und Witten..... 2
- Deutsche Einzelmeisterschaften 2017 in Duisburg..... 2

Deutscher Judo-Bund

- DJB-Mitgliederversammlung in Hannover: Peter Frese für weitere vier Jahre zum DJB-Präsidenten gewählt..... 3

Angebote und Aktionen

- NWJV-Foto-Wettbewerb „Woche des Respekts“..... 4

Informationen, Ausschreibungen und Termine

- Technik des Monats November: Juji-gatame..... 5
- Neue NWJV-Kollektion..... 5
- Judo-Termine in NRW..... 6
- Jetzt kostenlos erhältlich: Die NWJV-App für ihr Smartphone..... 6
- „der budoka“ - das Verbandsmagazin – immer aktuell informiert!..... 7

NWJV-Geschäftsstelle
 Friedrich-Alfred-Str. 25 – 47055 Duisburg – Tel.: 02 03 / 73 81 - 6 22 – Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24
 E-Mail: info@nwjv.de - Internet: www.nwjv.de

Verantwortlich für den Inhalt: Erik Gruhn

Quellen: NWJV, DJB
 Haftungshinweis: Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle übernehmen wir keine Haftung für die Inhalte externer Links. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.
 Möchten Sie den NWJV-Newsletter abbestellen, schicken Sie bitte eine E-Mail an newsletter@nwjv.de

SPORT FÜR ALLE NRW

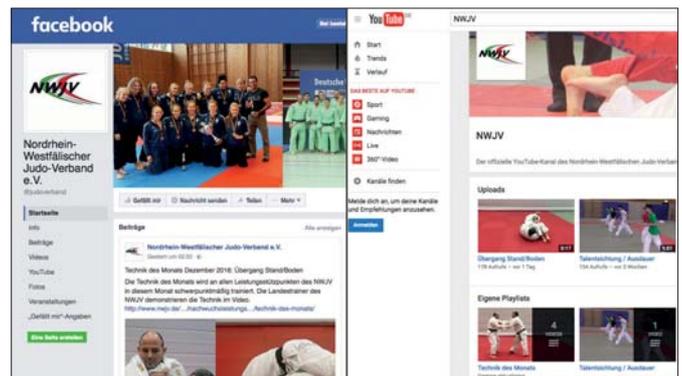
Newsletter - schon abonniert?

Zur Bestellung des NWJV-Newsletters einfach eine E-Mail an newsletter@nwjv.de schicken!

NWJV jetzt bei Facebook und YouTube

Seit den Olympischen Sommerspielen in Rio de Janeiro hat der NWJV seine eigene Facebook-Seite. Bei den Westdeutschen Vereinsmannschaftsmeisterschaften U 15 und U 18 sowie den Einzelmeisterschaften der Frauen und Männer wurden die Finalkämpfe live über die Facebook-Seite übertragen. Auf dem neuen NWJV-YouTube-Kanal sind die Videos zum Vielseitigkeitswettbewerb des NWJV, zur Technik des Monats und zum Krafttraining zu finden.

www.facebook.com/judoverband
www.youtube.com (NWJV)



Jetzt kostenlos erhältlich: Die NWJV-App für ihr Smartphone

Aktuelle Informationen direkt auf ihr Mobiltelefon

Ab sofort ist die neue NWJV-App für ihr Smartphone kostenlos erhältlich - für Android und iOS.

Mit der neuen NWJV-App gibt es alle aktuellen Informationen direkt als Push-Nachricht auf ihr Smartphone. Im Menü können derzeit folgende Punkte ausgewählt werden:

- Aktuelle Meldungen

Aktuelle Nachrichten über das Sportgeschehen international, national und aus NRW sowie wichtige Informationen für Sportler, Funktionsträger und Vereine

- Liga-Meldungen

Die neuesten Informationen aus den Ligen des DJB und NWJV.

- Blitzinfo der Landestrainer

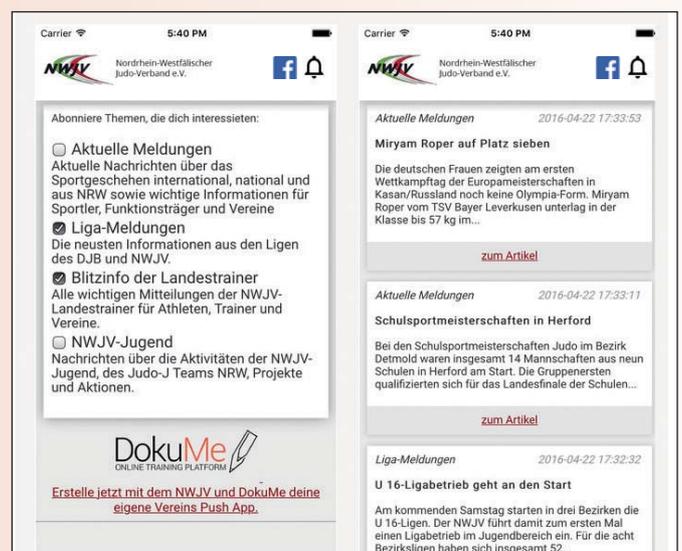
Alle wichtigen Mitteilungen der NWJV-Landestrainer für Athleten, Trainer und Vereine.

- NWJV-Jugend

Nachrichten über die Aktivitäten der NWJV-Jugend, des Judo-J Teams NRW, Projekte und Aktionen.

Die NWJV-App wurde in Zusammenarbeit mit DokuMe erstellt und wird in Zukunft noch weitere Themenbereiche anbieten.

Alle Facebook-News des NWJV gibt es jetzt auch automatisch in der NWJV App. Einfach in der Kopfzeile auf das Facebook-Logo klicken und schon erhaltet ihr alle News, ohne dass ihr die Facebook-Seite besuchen müsst.





*Respekt kennt keine Hautfarbe oder Religion.
Respekt fragt nicht woher du kommst.
Respekt ist das, was uns verbindet.*

Gütersloher TV

Woche des Respekts: Heimspiel für den Judo- Sport

Anlässlich der Woche des Respekts in NRW hatte der Nordrhein-Westfälische Judo-Verband zu einem Fotowettbewerb aufgerufen. Aufgabe war es, das Foto-Motiv „Respekt erweisen“ aus der Kampagne „Beim Sport gelernt“ kreativ nachzustellen.

Dabei sind viele schöne Motive eingegangen. Nach Sichtung der Motive wollten wir die Entscheidung an unsere NRW-Judokas abgeben. Circa eine Woche konnte man über das schönste Motiv mit einem Facebook-Like abstimmen. Hier sind die Ergebnisse der Facebook-Abstimmung:

1. Judoabteilung des Gütersloher TV (135 Likes)
2. SV Rosellen (108 Likes)
3. Castroper Turnverein (93 Likes)
4. Post SV Düsseldorf (30 Likes)
5. TV Germania Manheim (23 Likes)

Ausgezählt wurden die Likes am 28.11.2016 um 12:00 Uhr. Nachfolgende Likes wurden nicht mehr berücksichtigt.



SV Rosellen



Post SV Düsseldorf



Castroper Turnverein



TV Germania Manheim



Die Ruhr Games gehen in die zweite Runde und Judo ist wieder dabei

2017 wird es die zweite Auflage der Ruhr Games geben. Nach dem großen Erfolg in 2015 werden die Judo-Wettkämpfe dann in Hamm stattfinden. Im Sportzentrum Ost werden die beiden japanischen Olympiasportarten Judo und Karate präsentiert. Außerdem wird im Sportzentrum Ost ein europäisches Jugendcamp unter dem Motto „be united and get inspired by the sport festival“ für rund 1.000 Teilnehmer stattfinden.

Im Judo wird es eine Neuerung geben. Die Einzelkämpfe (Freitag, 16. Juni 2017) werden wie 2015 durchgeführt. Bei den Mannschaftskämpfen (Samstag, 17. Juni 2017) hat sich der NWJV entschlossen, den NRW-Pokal an den Ort der Ruhr Games zu bringen. In der U 18 sollen bis zu drei ausländische Mannschaften dazu eingeladen werden. So sind alle Judokas aus NRW in drei Altersklassen eingebunden und können das Erlebnis Ruhr Games genießen.

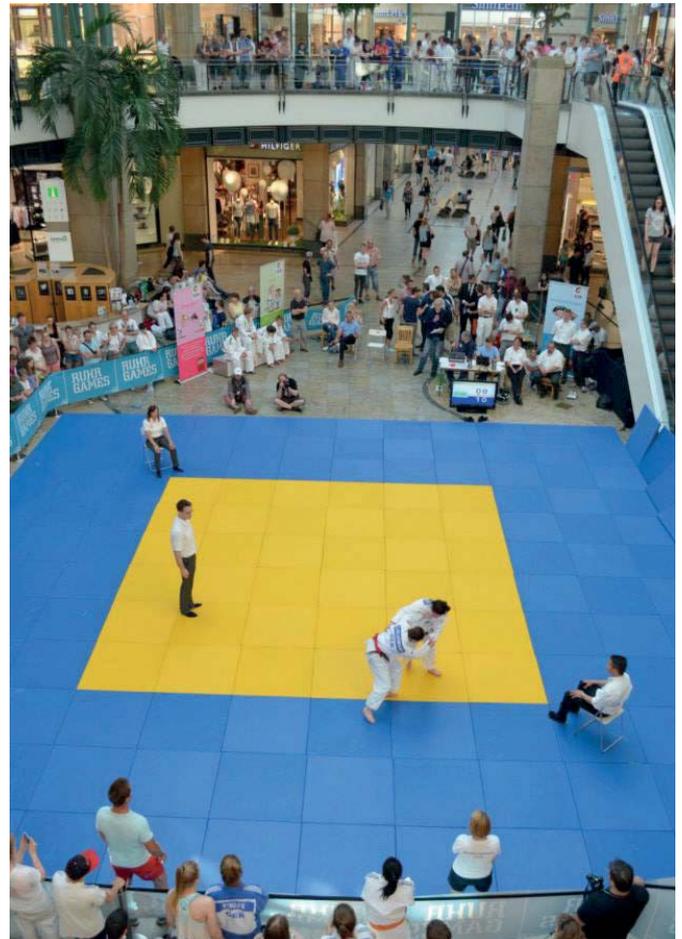


Road To Ruhr Games

Für die Einzelwettbewerbe müssen sich die Judokas wie 2015 qualifizieren. Das sieht wie folgt aus:

1. Jeder **Kreismeister U 18** der sieben Kernkreise qualifiziert sich direkt für die Ruhr-Games (Kreise Bochum-Ennepe, Unna-Dortmund-Hamm, Recklinghausen, Rhein-Ruhr, Düsseldorf, Krefeld und Kleve).
2. Die **Medaillengewinner der BEM U 18** (Bezirke Arnsberg, Düsseldorf und Münster)
3. Die **Medaillengewinner der WdEM U 18** (ganzes Land)
4. Das Turnier der letzten Chance ist der **Rhein-Ruhr-Pokal** in Duisburg. Die Medaillengewinner sind für die Ruhr-Games qualifiziert (auch Kölner und Detmolder).
5. Zusätzlich können pro Gewichtsklasse zwei **Wild-Cards** für NWJV-Kaderathleten vergeben werden.

Am Donnerstag, 15. Juni 2017 ist wie 2015 ein Budo-Tag des Dachverbandes geplant.



Neue NWJV-Kollektion

Der Nordrhein-Westfälische Judo-Verband (NWJV) hat in Kooperation mit der Firma Sportartikel Wusthoff eine neue NWJV-Kollektion zusammengestellt. Es gibt spezielle Artikel für Landeskader, Bezirkskader, Kampfrichter und Kata-Team.

Alle Artikel (Polo-Shirts und Hoody-Jacke) können online bestellt werden. Die Lieferung erfolgt direkt durch die Firma Sportartikel Wusthoff.

www.nwjb.de/infoleiste/nwjb-kollektion



Das Judo-Sumo-Jahr 2016

Nun neigt sich auch das Judo-Sumo-Jahr dem Ende zu. Insgesamt haben über 2.100 Schülerinnen und Schüler in ganz NRW an den Judo-Sumo-Meisterschaften in ihrer Stadt, ihrem Kreis oder in ihrer Schule teilgenommen. Wie auch in den Jahren zuvor ist die Begeisterung für diese vereinfachte Wettkampfform bei allen Beteiligten groß.



Den Auftakt für die Judo-Sumo-Saison 2016 initiierte die Schulsportbeauftragte Martina Hück aus Düsseldorf. Im Rahmenprogramm des Judo-Grand-Prix fand im Februar der Schulpokal für Düsseldorfer Grundschulen in der Halle des Post SV Düsseldorf statt. Vorweg hatten drei Düsseldorfer Grundschulen insgesamt 114 Kinder gemeldet.



Der Grand-Prix war auch in Gelsenkirchen der Anlass für ein Judo-Sumo-Turnier. Dafür haben sich 56 Schülerinnen und Schüler beim Gelsenkirchener Schulsportbeauftragten Egbert Dzikus gemeldet. Bei den Kämpfen haben die beiden Kampfpartner jeweils eine Jacke übergezogen bekommen und konnten so wie richtige Judokas greifen und den Partner bewegen.



Doch die Judo-Sumo-Saison startet so richtig im Oktober und November. Anlässlich des „Tag des Judo“ und des „World Judo Day“ wurden in ganz NRW Judo-Sumo-Turniere durchgeführt.

Ende Oktober startete Jennifer Goldschmidt vom 1. JG Mönchengladbach zum dritten Mal die Stadtmeisterschaften Judo & Judo-Sumo in der Jahnhalle in Mönchengladbach. Insgesamt kämpften 152 Schülerinnen und Schüler des 3. bis 6. Jahrganges um den Titel als Stadtmeister. Vor dem Turnier organisierten die Jugendtrainer Johanna Rosema und Bdr Alsbini noch ein eineinhalb Stunden langes Einführungstraining für die Kinder.



Den 10. und 11. November könnte man als die Judo-Sumo-Tage 2016 bezeichnen. Gleich mehrere Städte und Kreise haben das Turnier erfolgreich ausgerichtet.

Im Kreis Steinfurt hat Irina Arends eines der größten Judo-Sumo-Schulturniere veranstaltet. Auf zwei Tage verteilt haben 412 Schülerinnen und Schüler der Jahrgangsstufen 3 und 4, sowie aus der 6. Stufe teilgenommen. Neben dem Turnier konnten die Schülerinnen und Schüler noch an verschiedenen Stationen verschiedene Budo-Kämpfe ausprobieren.



Karlheinz Stump hat in Holzwickede sein zweites Judo-Sumo-Turnier veranstaltet. An einem Tag haben 446 Schülerinnen und Schüler von drei Grundschulen auf 15 Wettkampfflächen fair miteinander gekämpft. Bei der Masse an Teilnehmern hat der Organisator sich entschieden nach jeder Kampfgruppe die Siegerehrung für ebendiese zu machen. So konnten lange Wartezeiten zwischen Kämpfen und Siegerehrung vermieden werden.



Dass die Judo-Sumo-Turniere auch als klasseninterne Aktionen genutzt werden können, beweist dieses Jahr Petra Freisler. Hier hat dieses Jahr die 5. Jahrgangsstufe das Judo-Sumo-Turnier zum Tag des Judo veranstaltet.



Jessica Katstein hat ein Turnier für den Kreis Mettmann ein ausgerichtet. In Kooperation mit dem Evangelischen Schulzentrum Hilden fanden die dritten Judo-Sumo-Meisterschaften statt. Insgesamt nahmen insgesamt ca. 200 Schülerinnen und Schüler aus der 4. und 5. Klasse teil. Zwischen den Wettkämpfen wurden immer wieder Spiele und Siegerehrungen durchgeführt.





Zum Jahresabschluss hat Sven Dicke in Wermelskirchen mit 512 Kindern den Tag des Judo gefeiert. Dabei gab es erst eine Einführungseinheit zum Thema Judo, in der neben dem Verbeugen auch wichtige Judo-Grundlagen gezeigt und geübt wurden. Nach dem Judo-Sumo-Turnier, welches knapp vier Stunden dauerte, wurden die Teilnehmer bei der Siegerehrung „schulweise“ mit Medaillen und Urkunden geehrt.



Ausführliche Berichte zu den einzelnen Aktionen sind auf der NWJV-Webseite zu finden.

Text: Carina Hagen

In Witten fanden die Judo-Sumo-Schulmeisterschaften schon zum dritten Mal statt. Dafür haben sich 130 Kinder aus sechs Grundschulen angemeldet. Nachdem der ehemalige Bundesligatrainer Andreas Reeh mit den Kindern das Aufwärmen durchgeführt hat, wurden die Sumo-Kämpfe ausgetragen. Am Ende der Kämpfe wurde zwischen den teilnehmerstärksten Schulen ein Mannschaftskampf um den Schulpokal durchgeführt.





Judo (und Karate) in der Diani Montessori Academy (Kenia)

Die Geschichte dieses Clubs begann im Februar 2014 als eine deutsche Familie (Müller) unsere Schule besuchte und Judo im Rahmen eines Volontärprojektes vorstellte. Sie hatten einige Säcke gebrauchter Judoanzüge mit Gürteln in einem Container vorab verschickt, die nun endlich ausgepackt und benutzt werden konnten. Die Kinder haben es vom ersten Tag an toll gefunden und auch die Lehrer und anderen Mitarbeiter der Schule haben begeistert mitgemacht. Nach drei Wochen musste Familie Müller wieder zurückfliegen und wollte die Schule nicht ohne Trainer zurücklassen. Nach einem Anruf beim kenianischen Judoverband kam ein Vertreter aus Nairobi nach Diani, um mit ihnen zu sprechen. Er stellte Masha vor, der bereits als Trainer viele Erfahrungen hatte. Es sollte eine Übergangslösung sein, aber zwei Jahre später ist er nun immer noch da.

Damals fand das Training noch unter einem großen Baum auf einer Plastikfolie statt, die nach jedem Training gekehrt und fein säuberlich weggepackt wurde. Damit der Wind die Folie nicht wegfegte, standen Sandsäcke auf den Ecken. Als Mashas alter Verein in Malindi neue Matten aus Italien bekam, wurden uns die alten Matten geschenkt, wo noch immer drauf trainiert wird. Nach vier Monaten täglichem Trainings wurden die Schüler vom „Coast Judo Federation“ in Mombasa geprüft und bekamen ihre ersten Gürtel (weiß/gelb und gelb). Sie wurden sogar von erfahrenen Trainern aus Mombasa, Malindi und Nairobi unterrichtet, welche ab und zu vorbeikommen.

Im Dezember 2014 wurde der Verein auch für die Gemeinde geöffnet. Seitdem wird auch Karate angeboten, da große Nachfrage in der Gemeinde herrschte und man nun die Möglichkeiten zum Trainieren hat. Anfang 2015 kamen neue Volontäre (Matthis, Anna, Julia und Valentine), die uns halfen eine neue Judohalle zu bauen, genau unter dem großen Baum. Dort wird nun noch immer Training gegeben. Auch die



Volontäre machten beim täglichen Training sowie der nächsten Prüfung mit und sponsern seitdem zwei der besten Judokas ihre Schulausbildung.

Seit Juni 2015 wird auch in der Schule Judo unterrichtet sowie Fitness und die Grundlagen der Selbstverteidigung. Auch die „Babyclass“ (vergleichbar mit dem Kindergarten) hat schon Unterricht. Jeden Freitag gibt es Wettkämpfe, denen die Schüler als Highlight entgegensehen. Besonders die älteren Schüler haben die Möglichkeit Prüfungen zu machen, um ihren nächsten Gürtel zu bekommen. Einige der Kinder haben schon vier Prüfungen hinter sich. Darum hat sich unsere Schule auch für nationale und regionale Turniere angemeldet. Die besten Kinder werden für die Wettkämpfe ausgewählt und fahren mit Masha zu diesen Turnieren.



Im Oktober 2015 haben sie die regionalen Meisterschaften in Mombasa gewonnen. Der nächste Schritt wären die nationalen Meisterschaften in Nairobi, aber dies ist zurzeit von der Schule noch nicht zu leisten, da die Fahrtkosten zu teuer sind. In der Zukunft hoffen wir, dass wir extra Training für unsere besten Judokas anbieten können und diese zu den nationalen Meisterschaften schicken können.

Im Oktober 2016 wurde ein nationales Turnier an der Schule in Diani mit mehr als 200 Teilnehmern ausgerichtet. Die Schule hat sehr gut abgeschnitten und ein Kind wurde sogar für die Afrikameisterschaften ausgewählt.

Zusammenfassend möchte ich sagen, dass die Schüler nicht nur ihren Körper, sondern auch ihren Geist stark gemacht haben. Sie sind mutiger und fairer und ihre schulischen Leistungen haben sich sehr verbessert. Judo ist nicht nur ein Sport, sondern auch eine Philosophie des Friedens und der Harmonie zwischen allen.

Zablon Masha, Trainer

Kontakt für Informationen und Spenden:

Christina Müller, E-Mail: christina.mueller.cm@gmail.com

Ludwig Müller, E-Mail: ludwig--mueller@t-online.de,

Tel.: 0 24 01 / 5 36 42



Judo unterstützt die DLRG

In Hinsbeck fand das Bezirkstreffen (Kreis Kleve) der DLRG statt. Da dort auch in einem Workshop Selbstverteidigung unterrichtet werden sollte, wurden die ersten Kontakte zwischen den Offiziellen der Verbände geknüpft. Uwe Dzubiella von der DLRG nahm den Kontakt mit Peter Frese (NWJV- und DJB-Präsident) auf. Als Referent stand Mirco Fabig (5. Dan Judo, 1. Dan Ju-Jutsu) vom 1. JJJC Dortmund zur Verfügung.

In dem Tageslehrgang/Workshop, an dem 15 Mädchen im Alter von 13 bis 18 Jahren teilnahmen, ging es zunächst einmal darum, was ist vom Gesetz her erlaubt. Wie darf ich mich verteidigen, was ist zu beachten. In einer lockeren Atmosphäre wurden viele Fragen und Situationen durchgesprochen und erklärt. Nach dem Mittagessen ging es dann mit dem praktischen Teil weiter. Nach einem lockeren

Aufwärmen legte Mirco erst einmal Wert auf das Fallen, was den meisten Teilnehmerinnen zwar am Anfang fremd war, doch sehr viel Spaß machte. Dies war die Grundlage, um gemeinsam Üben zu können, ohne dass es beim Fallen Verletzungen gab. Es wurden verschiedene Angriffe und die Möglichkeiten der Abwehr dazu vorgestellt. Die sehr interessierten Mädchen zeigten sich ehrgeizig und übten die Bewegungsabläufe mit großem Spaß. Es wurden Abwehrtechniken gegen Festhalte- und Umklammerungsangriffe sowie gegen Schlag- und Tritttechniken geübt.

Am Ende stand dann noch das Einstudieren einer kleinen Aufführung auf dem Programm. Am Abend wurde die Aufführung den anderen Workshop-Teilnehmern aus den unterschiedlichsten Bereichen vorgestellt. Es gab viel Applaus und so manch einer wunderte sich, was die jungen Mädchen so alles gelernt haben. Die Teilnehmerinnen und die Organisatoren der DLRG waren sich einig, dass es ein gelungener Tag und Workshop war und dieser wiederholt werden soll.

Mirco Fabig

Kreistraining in Borbeck

Fantasievolles und ideenreiches Trainingsprogramm

Seit vielen Jahren findet viermal im Jahr ein besonderes Kinderjudo-training in Essen-Borbeck statt: Alle Vereine aus dem Kreis Rhein-Ruhr sind dazu eingeladen. Die Kinder im Alter von sechs bis elf Jahren (U 9/U 12) werden von Detlef Teschner und seinem Team durch ein fantasievolles, ideenreiches Trainingsprogramm geführt. Das Training ist weniger leistungs- sondern eher erlebnisorientiert. Und die Kinder sammeln auf diese Weise nachhaltige Erfahrungen mit Judokas aus anderen Vereinen. Lauf- und Fangspiele, Staffeln, Geschicklichkeitsspiele, turnerische Übungen, Gleichgewichtsübungen und altersgemäße Judo-Techniken bestimmen das Programm, das an jedem Abend ein wenig variiert wird. Auch auf Wünsche der Kinder wird eingegangen.

Spielformen, die das soziale Miteinander fördern und Übungen zur Sinnesschulung und Körpererfahrung ziehen sich als roter Faden durch die Trainingsstunden. Durch Musik wird das Bemühen um Synchronität unterstützt. Man spürt die Bereitschaft der Kinder zu kooperativen Aktivitäten und Partnerübungen. Besonders beliebt bei den kleinen Judokas sind organisierte und herausfordernde Gruppen-

spiele. Natürlich kommen auch die judospezifischen Techniken im Stand und am Boden nicht zu kurz sowie das Randori und das Fallen.

Das Eigentliche an diesem Training ist aber die Vermittlung von Spaß und Freude, und Detlef ist mit seinem Humor geradezu prädestiniert dafür. Viel Spaß macht es auch, den Kindern zuzuschauen, denn man spürt förmlich ihre Konzentration und Neugierde. Und alle nehmen etwas zu ihrem Heimatverein mit. Außerdem wird durch die Begegnung so vieler Vereine an einem Ort die Zusammenarbeit im Kreis nachhaltig gefördert.

Michael Wimmer



DJV Yawara Lippstadt beteiligt sich an bundesweiter Kampagne

Warum Judo geradezu eine Integrationssportart ist? Nun, weil Judo hierher zugewandert ist und damit selbst einen Migrationshintergrund hat. Judo fragt also nicht nach Herkunft, Sprache, Religion oder Hautfarbe. Es gibt Antworten. Egal weshalb und woher man kommt, egal wie lange man bleibt – beim Judo sind alle willkommen.

Das vom Deutschen Judo Bund initiierte Projekt „Judogi for refugee“ stellt Mitgliedsvereinen Judoanzüge für Angebote zur Verfügung, die die Integration als eine Aufgabe für alle Teile der Gesellschaft, zugewanderte wie einheimische, verstehen. Beim Deutsch-Japanischen Verein Yawara Lippstadt kommen die Judogi bereits mit Erfolg zum Einsatz. Als Kampfsport findet Judo in ständigem Körperkontakt statt. Gerade die Fähigkeit „im Kontakt zu bleiben“ bzw. sich in achtsamem Kontakt auseinanderzusetzen, kann im interkulturellen Miteinander als ein Schlüssel gesehen werden. Geht es doch häufig auch hier darum miteinander statt gegeneinander zu kämpfen. Beim Judo gilt daher bereits längst, dass man nicht Deutscher, Japaner oder Syrer ist, sondern Judoka!

Stefan Großkreuz



Langenfelder Judokas zum Jugendaustausch in Toulouse

Der Judo-Club Langenfeld nahm unter der Trägerschaft der Deutschen Sportjugend zum zweiten Mal an einem Jugendaustausch mit dem Judo Ju-Jitsu Club de L'Isle Jourdain bei Toulouse teil. Nachdem die Jugendlichen und Trainer aus dem Partnerverein im letzten Jahr Langenfeld besucht haben, bestand die diesjährige JCL-Gruppe aus acht Jugendlichen sowie zwei Betreuern. Die Ziele des Austausches hießen wie in den Jahren zuvor: Freundschaften zwischen den Austauschschülern, Interesse an der Sprache und Kultur des Anderen und regelmäßiger Austausch zwischen den Partnervereinen.

Die Gruppe besuchte u.a. das Véloscope in L'Isle Jourdain und besichtigte das historische Stadtzentrum von Toulouse. Weitere Ausflugsziele waren die Cité von Carcassonne und ein Aufenthalt in Narbonne. Neben dem Entdecken der französischen Sehenswürdigkeiten stand hier immer wieder die Sprach-Erfahrung und das persönliche Kennenlernen der Teilnehmer untereinander im Mittelpunkt. Gemeinsames Picknick und Grillen gaben Freiraum und Zeit, um die anderen Jugendlichen besser kennenzulernen und Interessen auszutauschen. Neben dem gemeinsamen Judo-Training besuchten die Jugendlichen auch ein Judoturnier, bei dem zwei Kämpferinnen des Gastgebervereins lautstark angefeuert wurden, sowie einen Lehrgang für Bodentechniken.

Die Langenfelder Jugendlichen waren in Gastfamilien untergebracht und wurden auf diese Weise in das Familienleben der Gastfamilie integriert. Das gemeinsame Abendessen in der Familie sollte die Bindung zwischen Jugendlichen und Gastfamilie vertiefen.



U 15-Bezirksskader Münster zum Trainings- camp in Paris

Je acht Mädchen und Jungs nominierten die beiden Bezirkstrainer Münster Irina Arends und Martin Gräfe, um mit ihnen zu einem Trainingscamp in die französische Hauptstadt Paris zu fahren. Nach rund sechsstündiger Fahrt wurde Paris erreicht, wo die Mädchen ihre Unterkunft im Vorort Houilles bezogen, während die Jungs eine kurze erste Sightseeing Tour mit dem Auto durch die Stadt unternahmen. Nach dem Einchecken machte sich die Gruppe auf den Weg nach Versailles, um im Schlosspark erste Lauf- und Ausdauerübungen zu machen. Mit einem Rundgang am Schloss endete dieser Tag.

Am folgenden Morgen absolvierten alle ein Frühsportprogramm: die Mädels entlang der Seine in Houilles, die Jungs im ‚Parc des Buttes-Chaumont‘. Gemeinsam traf man sich am Eiffelturm, um etwas für die Beinmuskulatur zu tun; treppauf treppab ging es beim Pariser Wahrzeichen. Die Bezirkstrainer hatten ein Training bei Doppel-Olympiasieger Waldemar Legien organisiert. Vorab folgte noch der obligatorische Besuch an der Kirche Notre Dame für die Mädels; die Jungs verbrachten ihre Stunden im riesigen Père Lachaise, auch ein Ausflug zum WM-Stadion durfte nicht fehlen.



Judoclub Weilerswist trauert um Wolfgang Hopp

Wolfgang Hopp vom JC Weilerswist verstarb unerwartet und plötzlich im Alter von 65 Jahren. Er war seit seiner Jugend ein begeisterter Judoka und kämpfte bis zuletzt sowohl im Einzelwettkampf als auch in der Herrenmannschaft des Vereins. Noch im April gewann er in Berlin in seiner Gewichtsklasse wiederholt die Deutsche Meisterschaft der Veteranen.



Peter Frese zu Besuch bei Senshu-Hau

Der Judoverein Senshu-Hau wurde 2006 von Uwe Laakmann, Peter Ringsgwandl, Norman Buß und einer handvoll Judointeressierten gegründet. Senshu-Hau hat sich in den zehn Jahren zu einer festen Größe in der Gemeinde Bedburg-Hau (Niederrhein) und dem Kreis Kleve entwickelt. Jedes Jahr werden erfolgreiche Judokas vom Bürgermeister für ihre Erfolge ausgezeichnet und gehen regelmäßig zur Westdeutschen Meisterschaft. Zur Zeit zählt der Verein 65 Mitglieder, überwiegend Kinder und Jugendliche. „Wir würden uns sehr freuen, wenn mehr Erwachsene dazu kommen würden“, so Uwe Laakmann. Er ist nicht nur der Haupttrainer, sondern auch 1. Vorsitzender und lenkt mit seinem Stellvertreter Jürgen Borrmann die Geschicke des Vereins. Ihnen zur Seite stehen Norman Buß, Wolfgang Müller und Jens Westerbeck. Der Verein trainiert dienstags, donnerstags und freitags in der Dietmar-Müller-Sporthalle in Bedburg-Hau.

Der Vorstand hatte sich überlegt, was können wir unseren Judokas im Jubiläumsjahr noch bieten. Da kam man auf die Idee, einen Trainingssamstag mit dem DJB-Präsidenten Peter Frese zu organisieren. Peter Frese (7. Dan) erklärte sich gerne bereit zwei Einheiten durchzuführen. „Wir wollten vielen Judokas die Möglichkeit bieten, einmal mit dem DJB-Präsidenten zu trainieren, darum haben wir auch befreundete Vereine im Kreis Kleve dazu eingeladen“, so Jürgen Borrmann. Beim ersten Training standen über 30 Kinder auf der Matte. Die Kinder waren sofort von Peter Frese gefesselt. Seine humorvolle, warmherzige Art begeisterte die Kinder, die mit Freude die Übungen mitmachten. Alle hatten einen riesigen Spaß. Die zahlreichen Eltern auf der Tribüne waren ebenfalls von Peter Frese angetan. „Das ist ja ein Präsident zum Anfassen“, so eine Mutter.

Die zweite Trainingseinheit war für Erwachsene und Jugendliche vorgesehen. 30 Judokas waren mit Eifer dabei. Thema war der Okuri-ashi-barai. Hier wurde ausgiebig die Schrittfolge und das Timing trainiert. Große Freude herrschte ebenfalls beim Wiedersehen alter Weggefährten. Uwe Laakmann konnte Walter Trapp und Hubert Hell begrüßen. Mit Peter Frese hatten sie sich einiges zu erzählen. Gegen halb drei war die zweite Trainingseinheit zu Ende und die Judokas waren ein wenig traurig, dass es schon vorbei war. Alle waren super begeistert. Der Vorstand von Senshu-Hau bedankte sich bei Peter Frese für die tollen Übungsstunden mit einem schönen Frühstückskorb und die Teilnehmer spendeten langen Applaus.

Jürgen Borrmann



Deutsche Verbandsmeisterschaft im G-Judo

NRW-Judokas gewinnen drei Titel

In der Koblenzer Peter-Häring-Sporthalle fanden die Deutschen Verbandsmeisterschaften im G-Judo statt. Die von der Judoabteilung des SV Urmitz hervorragend ausgerichteten DVMM fanden in einem würdigen Rahmen statt. Da der Ausrichter nur eine Wettkampfmatte ausgelegt hatte, zogen sich die Kämpfe über viele Stunden hin, was der Atmosphäre in der Sporthalle jedoch keinen Abbruch tat.

Von den insgesamt zwölf Landesteams aus Bayern, Baden-Württemberg, Rheinland-Pfalz, Hessen und Nordrhein-Westfalen starteten zehn in der Wettkampfklasse II (Judokas mit einem stärkeren Handicap). In der Wettkampfklasse I, G-Judokas mit einem geringeren Handicap, gingen ausschließlich die Frauen und Männer aus Nordrhein-Westfalen an den Start, so dass beide Teams kampfflos Deutsche Verbandsmeister wurden. Für die NRW-Judokas der Wettkampfklasse I war das besonders bedauerlich, hatten sie sich doch fast eine Woche in der Sportschule Hennef auf die Meisterschaft vorbereiten können.



In der Wettkampfklasse II der Männer starteten sechs Verbandsmannschaften, die in einem Pool-System jeder gegen jeden kämpften. Sehr schnell stellte sich heraus, dass alles auf ein Finale Bayern gegen NRW hinauslief, denn beide Landesmannschaften zeigten sich den Gegnern doch mehr oder minder überlegen. So siegten die NRW-Judokas jeweils deutlich mit 4:1 gegen Baden-Württemberg, Rheinland und Bayern II, lediglich das Hessener Team leistete mit 2:3 ein wenig Widerstand. Nach vier Durchgängen stellte sich heraus, dass die Pool-Liste überaus vorausschauend gesetzt war, denn es kam in der letzten Kampfrunde zu richtigen Endkämpfen um die Plätze fünf, drei und natürlich um Platz eins. Dem äußerst knappen Finale fehlte allerdings die Hochspannung, da die ersten drei sehr hart umkämpften Punkte von den NRW-Judokas gewonnen werden konnten und damit sehr schnell eine nicht einholbare 3:0-Führung vorlag. Die restlichen beiden Kämpfe gingen leider verloren. Mit diesem sehr knappen 3:2 sicherte sich das NRW-Team den deutschen Meistertitel. Für NRW kämpften Olivier Grady (Ratingen), Valentin Freitag (Leverkusen), Bastian Wind (Hünxe), Victor Gdowczok (Köln), Phil Taraschinski (Hamm) und Niklas Herzog (Köln).

In der Wettkampfklasse II der Frauen standen sich mit Bayern, Hessen, Rheinland-Pfalz und NRW vier Mannschaften gegenüber. Leider waren die Titelverteidigerinnen aus Berlin in diesem Jahr nicht am Start. Für das geschwächte NRW-Damen-Team gab es an der Waage Freitag Abend eine zusätzliche Hiobsbotschaft, denn bei der eingeplanten Kämpferin bis 70 kg zeigte die Waage mitleidlose 74 kg, so dass das NRW-Team nur mit drei Starterinnen antreten konnte. Die Chancen der NRW-Frauen waren nicht sehr groß, denn immer mussten alle drei Kämpferinnen punkten. Dieses gelang im ersten Kampf tatsächlich. Hier konnten die Frauen aus Rheinland-Pfalz tatsächlich mit 3:2 niedergekämpft werden. Aber im zweiten Kampf gegen Hessen war man doch chancenlos und musste mit 1:4 eine



deutliche Niederlage einstecken. Im letzten Vorrundenkampf gegen den späteren Sieger Bayern hätte es fast zu einer Sensation gelangt, am Ende aber siegten die Damen aus Bayern doch, wenn auch äußerst knapp mit 3:2.

Im Halbfinale traf NRW wieder auf Hessen und wieder gab es eine deutliche 1:4-Niederlage für unsere Judofrauen, die damit den dritten Platz belegten. In einem äußerst knappen und spannenden Finale setzten sich die bayerischen Frauen dank der besseren Unterbewertung gegen Hessen durch und wurden zum ersten Mal Deutsche Meisterinnen. Für das NRW-Team kämpften Evin Celiktas, Stephanie Knopp (beide Leverkusen), Victoria Breidenstein (Essen) und Carina Niemeyer (Dülmen).

Zum Abschluss der Veranstaltung durfte das NRW-Männer-Team der Wettkampfklasse I noch einen Einlagenkampf gegen anwesende WK I-Kämpfer aus den angereisten Verbänden durchführen, den unser Team sicher mit 4:1 gewann. Für NRW kämpften Andreas Gramsch (Hünxe), Justin Hagemeier (Essen), Patrick Barendonk (Bocholt), Andre Conen (Leverkusen), Christian Brieler (Hamm), Timo Karmasch (Hünxe), Wolfgang Trost (Leverkusen) und Lars Wichert (Hamm).

Für das NRW-Frauen-Team fanden sich auch für einen Einlagenkampf leider keine geeigneten Gegnerinnen, so dass sie ohne einen einzigen Kampf den Titel verteidigen konnten. Jederzeit kampfbereit aber waren Michaela Stutz (Dülmen), Jasmin Siebelitz (Hünxe), Jennifer Zucht (Leverkusen) und Andrea Kuhne (Bocholt).

Die BRSNW-Leistungstrainer Walter Gülden und Frank Schuhknecht waren mit den Leistungen ihrer Schützlinge hoch zufrieden. Aber, nach dem Spiel ist vor dem Spiel: Die beiden Trainer werden mit ihren G-Judokas auch im nächsten Jahr intensiv trainieren, um die Erfolge 2017 bei der Deutschen Verbandsmeisterschaft für G-Judoka im hessischen Mühlheim zu wiederholen.

Text: Dr. Wolfgang Janko
Fotos: Walter Gülden



Erster inklusiver Lehrgang zur Ausbildung „Trainerassistent G-Judo“

Der Behinderten- und Rehabilitationssportverband Nordrhein-Westfalen (BRSNW) führte in der Sportschule Hennef zum ersten Mal eine inklusive Trainerassistentenausbildung in der Sportart Judo durch. Die 32 Unterrichtseinheiten umfassende Ausbildung richtet sich vor allem an Judokas mit geistigen Entwicklungsverzögerungen, aber auch an nicht behinderte Judokas, die innerhalb des Trainingsbetriebs von den leitenden Trainern bzw. Übungsleitern für spezielle Aufgaben oder einzelne Stundensequenzen eingesetzt werden.

Insgesamt trafen sich an den beiden Ausbildungswochenenden 40 Judokas. Sechs Sportler reisten mit ihrer Trainerin aus Rheinland-Pfalz an, um an dieser einmaligen Ausbildung in Nordrhein-Westfalen teilnehmen zu können. Der enorme Andrang stellte auch die Sportschule vor gewisse Kapazitätsprobleme, zumal das Haus in Hennef zurzeit vor allem im Hauptgebäude modernisiert wird. Möglich wurde die gesamte Ausbildung erst durch die großzügige Unterstützung des Sparkassen- und Giroverbandes Rheinland, der sich innerhalb der vielen vorgelegten Anfragen und Anträge glücklicherweise für die Förderung der Inklusiven-Trainerassistentenausbildung entschieden hat.

Der Lehrgang begann mit einer theoretischen Einheit über die Entwicklung des Behinderten-Judo und einem speziellen Überblick über Merkmale geistigbehinderter Menschen. Der Lehrgang endete mit einer theoretischen Einheit über den Aufbau von Trainingseinheiten, den Ablauf von Wettkämpfen und Judo-Prüfungen sowie über die Abgrenzung von Verantwortungsbereichen.

Alle anderen Lehrgangseinheiten wurden ausschließlich praxisorientiert angeboten. Dabei wurde am ersten Lehrgangswochenende großen Wert auf die Vermittlung judospezifischer Basistechniken unter besonderer Berücksichtigung der Bedürfnisse behinderter Menschen gelegt. Denn das zeigt die tägliche Judopraxis: Das individuelle Lernen auf der Judomatte, bei dem Körper und Bewegung von den Teilnehmern experimentierend eingesetzt werden, benötigt eine große Zahl von Trainerhelfern. Da die Übungen im Behinderten-Judo aufgrund ihrer Einschränkungen häufig gezwungen sind, sich eigene Lernwege zu suchen, benötigen sie fast immer einen „eigenen Trainer“.

Formen der Falltechniken, Fußwürfe wie O-soto-otoshi und O-sotogari, Eindrehtechniken wie Uki-goshi und O-goshi und die vier Formen der Grundhaltetechniken waren am ersten Wochenende Schwerpunkte der Ausbildung. Hinzu kamen verschiedene Bewegungs- und Mannschaftsspiele, die sich als Erwärmungs- und Ausklangübungen für das Judo-Training von Menschen mit einer Behinderung als geeignet herausgestellt haben. Die neuen Trainer-Helfer sollten vielfältige



Methoden kennenlernen und ausprobieren und somit Kompetenzen in der Trainingsassistenz gewinnen. Abgerundet wurde das Angebot durch Aufgaben hinsichtlich der Aufsichtsführung beim Übungsbetrieb, bei Wettkämpfen und in der Freizeitgestaltung.

Das zweite Wochenende war geprägt durch viele „praktische Eigenbeiträge“ der neuen Trainerassistenten. Kleine Übungen zur Einleitung bzw. zum Ausklang einer Judoeinheit mussten eigenständig vorgestellt und mit den anderen Lehrgangsteilnehmern geübt werden. So lernten die Sportler vor einer Gruppe zu stehen, andere zu motivieren und gemeinsam mit ihnen aktiv zu werden. Kommunikative, organisatorische und soziale Kompetenzen konnten so erworben werden. In weiteren Lehreinheiten setzten sich die zukünftigen Trainer-Helfer mit der Übungsform „Kata“ auseinander. Gerade diese Übungsform hat sich hinsichtlich inklusiver Ansprüche enorm entwickelt. Hier können Judokas mit und ohne Behinderung in der Tat gemeinsam wettkämpfen. Den Abschluss der Ausbildung bildeten kleine Prüfungen zum Aufbau von Judoeinheiten und zur Durchführung von Judowettkämpfen.



Alle neuen Trainer-Helfer lösten die verschiedenen Aufgaben mit Bravour und auch einzelne Teilnehmer, denen man es zunächst nicht zugetraut hätte, wuchsen mit ihren Aufgaben. Wichtig waren aber auch die große Einsatzbereitschaft aller Lehrgangsteilnehmer bei allen Unterrichtseinheiten und der Spaß, die Motivation und Dynamik bei der Bewältigung der einzelnen Aufgaben.

Die Vereine werden sich sicher freuen, nun auf qualifizierte, kompetente und hoch motivierte vom BRSNW zertifizierte Trainerassistenten zurückgreifen zu können.

Dr. Wolfgang Janko



Referententreffen mit den Landestrainern

Einmal jährlich treffen sich die Referenten aus dem NWJV-Lehrteam, um sich über die Aus- und Fortbildungsinhalte auszutauschen, die Lehrarbeit des vergangenen Jahres zu reflektieren, neue Inhalte zu diskutieren usw. In diesem Jahr nahmen die NWJV-Landestrainer ebenfalls teil und es entwickelte sich ein sehr guter Austausch in Theorie und Praxis. Die Inhalte der einzelnen Aus- und Fortbil-

dungsangebote für das Jahr 2017 können auf der NWJV-Homepage eingesehen werden (siehe: www.nwJV.de/qualifizierung/lehrgaenge). Die Termine für die Zielgruppe der erwachsenen und älteren Judokas im Programm „Bewegt ÄLTER werden mit JUDO!“ werden noch veröffentlicht.

Foto: Erik Goertz

Judo-Selbstverteidigung: Vom „Weichmachen“ bis zum „Beruhigen“

„Selbstverteidigung und Judo? Passt das überhaupt zusammen?“ Mit dieser Frage bin ich nach Nettetal gefahren, um in einem Lehrgang Antworten zu finden. Insgesamt trafen sich 28 Judokas, um sich von Mirco Fabig und Werner Dermann in das Gebiet einweisen zu lassen und besser zu verstehen, wie Judo und Selbstverteidigung zusammenpassen könnten. Die Erwartungen der Teilnehmer waren unterschiedlich, doch die am meisten gestellten Fragen waren, was soll ich im Training meiner Gruppe vermitteln und wie mache ich das am besten? Seit Selbstverteidigung wieder Bestandteil der Prüfungsordnung ist, ist das eine Frage für jeden Übungsleiter. Kommen mit dem Thema Selbstverteidigung „fremdartige“ Bewegungen und Techniken wie Blocken, Treten und Schlagen in den Trainingsalltag? Die Erwartungen an die Referenten waren groß.

Schnell wurden zwei Dinge klar: Wenn wir versuchen, wie z.B. ein Karateka Selbstverteidigung zu machen, kommen wir nicht weiter, weil die typischen Block- und Schlagkombinationen nicht in unser Bewegungsprogramm passen. Judo ist aber aufgrund seiner Entstehung gar nicht so weit von dem Selbstverteidigungsgedanken entfernt, d.h. es ist möglich auf judotypische Bewegungen aufzubauen.

Wie es halt im echten Leben ist, gibt es auf eine Angriffssituation nicht die eine richtige, immer passende Antwort. Deswegen ist es wichtig, die Prinzipien und Grundtechniken zu verstehen, damit wir selbst passende Reaktionen flexibel aufbauen und im Training anderen vermitteln können. So drehte sich das vielseitige Programm des Lehrgangs vor allem um Hebel, Würfe und Würger. Mirco und Werner haben uns sehr systematisch durch die verschiedensten Selbstverteidigungssituationen geführt und dabei eine Vielzahl von Prinzipien und Grundtechniken demonstriert und erläutert. Sie hatten ein kurzweiliges und interessantes Programm parat und wussten auf alle Fragen Antworten.

Als ich dann wieder auf dem Heimweg war, hatte ich eine Antwort auf meine Eingangsfrage bekommen: Judo und Selbstverteidigung passen prima zusammen!

Christian Lantwin





Trainer-C-Ausbildung für den Kader in Hamm

Es war eine tolle Woche mit vielen neuen Inhalten und super Referenten, in der die Teilnehmer der Trainer C-Kaderausildung sich weiterbilden konnten. Leider nutzten in diesem Jahr nur 13 Kaderathleten die Möglichkeit die Lizenz zu erwerben.

Als wir das Gelände der Burg Oberwerries betraten, empfingen uns Klaus Büchter und Sebastian Heupp in einem Seminarraum, wo wir uns auch für die nächsten Tage zum Theorieunterricht trafen. Auf der Matte übten wir das richtige Vermitteln verschiedener Techniken für die Altersklassen U 15, U 18, U 21 und Erwachsene. Am zweiten Tag kam Landestrainer Stefan Küppers dazu, der das Lösen von Situationen am Beispiel von Übergängen Stand-Boden behandelte. Aspekte der sportlichen Belastung und judospezifische Koordinations- und Ausdauerschulung waren weitere Themen.

Frank Günther war ein weiterer Referent, der mit seinen Kollegen die Bereiche Theorie des Techniktrainings, Grundlagen Führungsstile, Rechtsfragen, Versicherungen, Aufsicht, Haftung, Sporthilfe und Grundlagen der Ernährung, Gewicht machen und Anti-Doping behandelte.

Nicki Graczyk gab einen Einblick in DokuMe. Wir nutzen diese Plattform zur Trainings- und Wettkampfanalyse. Hier haben wir die Trai-

nersicht kennengelernt und spannende Funktionen wie Videoanalyse oder Dokumentation per Facebook-Messenger über Bot (Vorschau) kennengelernt, um das Training zu optimieren.

Es waren erfolgreiche sechs Ausbildungstage mit viel Spaß, aber auch und mit intensiven Trainings- und Theorieeinheiten. An den Abenden verbrachten wir unsere Freizeit nicht auf den Zimmern, sondern saßen gemeinsam im Seminarraum, wo wir uns dann unterhielten oder auch Filme guckten. Alles in allem hat es sehr viel Spaß gemacht und wir haben jetzt 13 neue Trainer C Leistungssport.

Anna-Maria Freitag



Daniel und Sven hatten viel Technik im Gepäck

Gut besucht war der Trainer C-Verlängerungslehrgang im Dojo des Judo Klub Hagen. 35 Judokas aus 16 Vereinen hatten sich angemeldet, weil sie sich für das Thema interessierten, oder vielleicht auch nur die Lizenz verlängern wollten – es wurde ein abwechslungsreicher und bewegungsreicher Tag, der schon ein wenig Kondition erforderte. Die beiden Referenten Daniel Schorlemmer und Sven Karpinski holten so einiges aus den Teilnehmern heraus.

Sven zeigte unterschiedliche Formen der „Zipfeltechnik“. Ein weiterer Schwerpunkt war der Übergang vom Stand in den Boden. Daniel erklärte einige Bodentechniken und hatte kleine Kampfspiele und unterschiedliche Randoriformen im Angebot.

Andrea Haarmann



Preisverleihung im Wettbewerb „Starke Netze gegen Gewalt!“

TV Plettenberg gewinnt den ersten Preis in dem Wettbewerb / Nordrhein-Westfälischer Judo-Verband berichtet über das Teilprojekt „Starke Netze gegen Gewalt: Interkulturell!“

In Berlin fand die diesjährige Preisverleihung in dem Wettbewerb „Starke Netze gegen Gewalt!“ statt. In drei unterschiedlichen Kategorien werden hier Sportvereine für ihr herausragendes Engagement im Bereich der Prävention von Gewalt gegen Mädchen und Frauen ausgezeichnet. Der TV Plettenberg überzeugte in diesem Jahr die Jury durch vielfältige öffentliche und vereinsinterne Angebote, durch die Weiterentwicklung von Selbstbehauptungskursen und vor allem auch durch die Kooperationen vor Ort. So wurden nicht nur viele Menschen aus unterschiedlichen Zielgruppen erreicht, sondern insbesondere Anlaufstellen für die von Gewalt betroffenen Personen sichtbar gemacht. Eine tolle Auszeichnung für den Verein aus dem Sauerland, dem der NWJV an dieser Stelle ganz herzlich gratuliert. Ein kurzer Hinweis: Der Wettbewerb „Starke Netze gegen Gewalt!“ wird auch im nächsten Jahr fortgeführt und es lohnt sich mitzumachen und sich für Mädchen und Frauen stark zu machen.

Im Rahmen der Preisverleihung stellte der Nordrhein-Westfälischer Judo-Verband (NWJV) seine ersten Ergebnisse in dem Teilprojekt „Starke Netze gegen Gewalt: Interkulturell!“ vor. Eine ausführliche Berichterstattung und Ideen der Beteiligung folgen in einer der nächsten „budoka“-Ausgaben. Dass es keine Patentrezepte in der Ansprache der Zielgruppe und in der Einführung eines Angebotes gibt, erläuterten drei der beteiligten und mitgereisten Vereine anschaulich. Andrea Lickenbröcker berichtete über einen Workshop mit geflüchteten Frauen und Mädchen in Kooperation mit dem JC Beckum. Christoph Besten (JC Velen-Reken) erklärte danach, warum das geplante Projekt kurz vor dem Stattfinden scheiterte (die Erstaufnahmestelle wurde von einem auf dem nächsten Tag aufgelöst) und die sich daraus ergebenden neuen Ideen. Egbert Dzikus (JC Banzai Gelsenkirchen) gab einen Überblick über erfolgreiche Tage des Judo „Interkulturell“, über gelungene Kooperationen mit IFÖ-Klassen, aber auch über nicht erfolgreiche Angebote wie beispielsweise einen geplanten Tag des Judo speziell für Mädchen und Frauen. Vor Beginn der praktischen Beispiele stellte Angela Andree die Gedanken und Ideen des NWJV in diesem Teilprojekt vor und gab am Ende einen kurzen Ausblick auf die weiteren Projektgedanken und -planungen. Gesa Bierwerth, Integrationsbeauftragte im Dachverband für Budotechniken, stellte das Gesamtprojekt dar und gab einen Überblick über die bis dato erworbenen Erkenntnisse und – soweit möglich – über zukünftige Empfehlungen.

Text: Angela Andree / Fotos: privat



Egbert Dzikus präsentiert seine Ergebnisse vor dem Plakat „Respekt und Fairness“, welches sich die Vereine beim NWJV als Dateivorlage bestellen können

Gedanken zur Weiterführung des Programms „Bewegt ÄLTER werden mit JUDO!“

Ein Leben lang fit und beweglich bleiben – wer will das nicht? Oder „leben, lernen, laufen“ (LLL) wie Franz Müntefering, Botschafter im Programm des Landessportbundes zum Thema „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ bildlich bei seinen Vorträgen referiert. Mittlerweile hat der NWJV in allen Bezirken und größeren Kreisen Aktionstage zum Themenfeld „Bewegt ÄLTER werden mit JUDO!“ veranstaltet. Die Zielgruppe waren hierbei insbesondere die Wieder- und Neueinsteiger im mittleren bis höheren Erwachsenenalter.

Ab dem Jahre 2017 wird sich der NWJV mit dem Programm stärker der Zielgruppe der jungen bis mittleren Erwachsenen widmen – auch hier werden wir versuchen den Trainern und Vereinen ausreichend Gedanken, Ideen und Inhalte an die Hand zu geben, um Angebote neu zu initiieren bzw. in bestehende Angebote neue Trainingsimpulse zu geben. Ein besonderes Augenmerk wird auch in der Zielgruppe der erwachsenen Frauen liegen – hier haben wir sicher Nachholbedarf, obwohl längst bekannt sein dürfte, wie gut sich in ein allgemeines Fitness-Training der Judounterricht einbauen lässt und wie hervorragend sich der Judosport eignet um die Körperhaltung und das Selbstbewusstsein zu stärken.

Angela Andree

Sportausschussvorsitzende Dagmar Freitag zusammen mit den geehrten Vereinsvertretern aus Plettenberg und dem NWJV-Projektteam





Das scheinbar Unmögliche geschafft

23 Dan-Anwärter traten in Bonn an, um den nächst höheren Gürtelgrad zu erreichen. Auf zwei Matten wurde zum 1. und zum 2. Dan geprüft. 20 Prüflinge haben die Prüfung bestanden.

Der deutsche Schriftsteller Hermann Hesse sagte einmal: „Man muss das Unmögliche versuchen, um das Mögliche zu erreichen.“ Und wer von den Prüflingen hätte vor vielen Jahren, als er mit Judo anfing, gedacht, dass er einmal an einer Dan-Prüfung teilnehmen wird. Dieses Ziel schien so weit entfernt und tatsächlich ist der Weg nicht einfach gewesen. Viele Prüfungen und unzählige Trainingsstunden waren vorhergegangen bis man schließlich auf die Zielgerade einbiegen konnte – die Vorbereitung auf den Meistergrad. Da kamen alle

Erfahrungen der vielen Jahre zusammen und wurden gebündelt für den einen Termin – die Dan-Prüfung. Den meisten Teilnehmern ist dieses Kunststück gelungen, drei Prüflinge haben das Ziel nicht erreicht. Bestanden haben:

zum 1. Dan: Ilona-Christine Matzerath, Jürgen Oestmann, Sebastian Weck, Eric Morelle, Eicke Boden, Johannes Karsch, Lion Arakeljan, Stephan Dippel, Philipp Bilsky, Jens Habermann, Adrian Martini, Dirk Reuter, Michael Schmiganowski, Heribert Schmitz, Dennis Müller und Stefanie Sasse;

zum 2. Dan: Felix Matten, Christian Steinert, Hamide Kilinc und Franziska Majorek.

Die Prüfer: Wolfgang Dax-Romswinkel, Uli Klocke, Joachim Jäger, Klaus Kirste, Ibrahim El Abdouni, Godula Thiemann.

23 neue Dan-Grade

Nach einem langen Prüfungstag in Haltern stand es endlich fest: 23 Teilnehmer haben die Prüfung bestanden. Doch vor dem Jubel lagen viele Aufgaben, die zu lösen waren. Am Anfang stand die Kata. 18 Mal sahen die Prüfer die Nage-no-kata, drei Mal die Katame-no-kata, ein Aspirant war mit der Nage-waza-ura-no-kata angetreten, einer mit der Kime-no-kata. Schon in diesem ersten Teil der Prüfung war volle Konzentration gefragt. Einigen fiel das leicht. Sie konnten ihre Kata einwandfrei darstellen. Andere hatten Schwierigkeiten und konnten nur eine schwache Leistung erbringen.

Konnten sich also einige in ruhigeres Fahrwasser begeben, so hieß es für die Schwächeren nochmal: „Volle Fahrt voraus!“ Auf den Lorbeeren ausruhen konnte sich allerdings keiner der Dan-Aspiranten,

denn auch im Stand- oder Bodenprogramm ist ein gewisser Standard gefragt. Schließlich konnten dann die meisten Prüflinge in der Gesamtheit diesen Standard erreichen. Ein Teilnehmer konnte das Ziel nicht erreichen. Bestanden haben:

zum 1. Dan: Anna Brachwitz, Justin Dzikus, Julius, Feldmann, Julia Hilgers, Ulrich Suffa-Petri, Mathias Barbett, Tobias Frericks, Jennifer Tekaats, Leonie Beyersdorf, Daniel Franz, Jan Kohla, Rüdiger Kulick, Milena Kusch, Jessica Mletzko, Julian Ohm, Simon Schilde, Angela Wegener und Christof Adametz;

zum 2. Dan: Marina Möhner, Johannes Üffink und Sebastian Drees;

zum 3. Dan: Marc Steinfort und Michael Scharfschwerdt.

Die Prüfer: Kalle Bartsch, Manuel Minkwitz, Sascha Schmidt, Werner Dermann, Dieter Münnekhoff und Tobias Kauch





NWJV-Landeskampfrichterreferent Hans-Werner Krämer aus Siegen erhielt im Rahmen der DJB-Mitgliederversammlung in Hannover den 7. Dan im Judo verliehen. Links Prof. Dr. Wolf-Rüdiger Umbach, Präsident des Landessportbundes Niedersachsen, rechts DJB-Präsident Peter Frese

Dan-Verleihungen durch den Deutschen Judo-Bund

Der DJB-Ehrenrat hat am 11. November 2016 in Hannover folgende Dan-Graduierungen für Judokas aus Nordrhein-Westfalen beschlossen:

- 7. Dan für Hans-Werner Krämer aus Siegen
- 7. Dan für Walter Trapp aus Duisburg
- 7. Dan für Klaus Kessler aus Overath
- 6. Dan für Eberhard Kruse aus Bielefeld
- 6. Dan für Birgit Andruhn aus Wiedenbrück
- 6. Dan für Rolf Heimann aus Schwerte
- 6. Dan für Dieter Hanning aus Beckum

Herzlichen Glückwunsch!

Edgar Korthauer

Nächster Kyu-Grad für Johannes Frey

Johannes Frey vom JC 71 Düsseldorf erhielt für den Gewinn der Silbermedaille bei den Europameisterschaften der U 21 in Malaga den 1. Kyu-Grad verliehen. Nach der Übergabe der Urkunde im BLZ in Köln gratulierten NWDK-Geschäftsführer Swen Collas (links) und Landestrainer Stefan Küppers.



„Grünkohl-Lehrgang“ mit Prüfung

Traditionell fand auch in diesem Jahr wieder die Kyu-Prüfer-Schulung, der sogenannte „Grünkohl-Lehrgang“, statt. Über 50 Dan-Träger des Kreises Südwestfalen sowie einige Gäste anderer Kreise nutzten die Gelegenheit zur Lizenzverlängerung im Judo Klub Hagen; insgesamt waren Prüfer und Prüfer-Anwärter aus 20 Vereinen anwesend.

Unter der Leitung des Kreis-Dan-Vorsitzenden Manfred Halverscheid (JK Hagen) sowie seiner Vertreter Harald Kletke (TuS Lendringsen) und Manuel Gabsa (JF Siegen) wurden bestehende Regelungen und Änderungen besprochen. Hauptthema waren die Prüfungen zum 5. und 6. Kyu-Grad mit SV-Bereich. Es wurde, wie im letzten Jahr, wieder eine reguläre Prüfung durchgeführt. Acht Nachwuchs-Judokas vom Judo Klub Hagen zwischen sieben und zwölf Jahren stellten sich der Gruppe zur Prüfung vor. Die beiden Hauptprüfer Andrea Haarmann (Judo Klub Hagen) und Manuel Gabsa waren für die Bewertung zuständig, während die Lehrgangsteilnehmer ihrerseits eine Bewertung abgaben, die dann später besprochen wurde. Trotz der

großen Gruppe und der damit verbundenen zusätzlichen Nervosität zeigten die jungen Prüflinge eine durchweg gute Leistung und freuten sich über ihr Bestehen. Beim anschließendem Randori durften die Prüflinge die „Großen“ herausfordern. Nach erfolgreicher Übergabe der Urkunden und Gürtel wurden die Kinder wieder verabschiedet. Die Ergebnisse wurden dann später in der großen „Prüfergruppe“ besprochen. Bei der Bewertung gab es keine großen Abweichungen. Im Anschluss gab es wie in jedem Jahr Grünkohl.

Andrea Haarmann



Krafttraining, Teil 80

Sieben-Minuten-Workout

Folgende Übungen werden in sauberer Ausführung jeweils eine Minute durchgeführt:

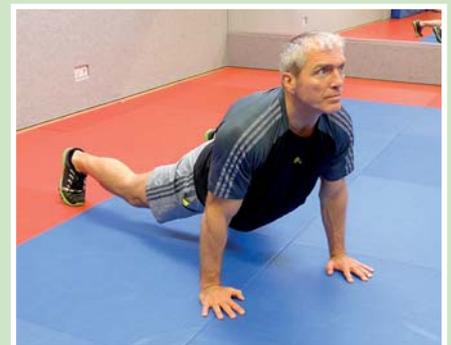
Alle Übungen in einem gleichmäßigen Tempo ausführen (bei den Halteübungen Muskulatur aktiv anspannen) und eine Minute ohne Pause zwischen den Übungen durchführen (man kann auch erst einmal mit 30 Sekunden beginnen und sich dann hocharbeiten).
Probiert es aus (wer kann, macht 2-3 Durchgänge!), sonst auch als Warm-Up zu empfehlen.



1. Jumping Jacks (Hampelmann)



2. Hindu Squats (tiefe Kniebeuge mit Fersen abheben)



3. Hindu Push Up (Japanische Liegestütz)



4. Plank (Planke Stabilisation halten)



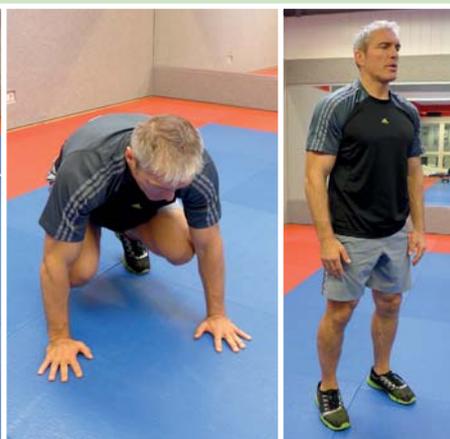
5. Shoulder Bridge (Schulterbrücke halten)



6. Mountain Climber (Bergsteiger)



7. Burpees (Aus dem Liegestütz Beine anziehen und aufrichten)



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

Ein schönes Weihnachtsfest und ein erfolgreiches und gesundes Jahr 2017 wünschen

Dirk und Marcus

Hier gibt es den Videoclip zu dieser Folge:





Alters- und Gewichtsklassen 2017

WEIBLICHE JUGEND / FRAUEN

Altersklasse	Alter	Jahrgänge	Gewichtsklassen (kg)											Kampfzeit	
			-20	-22	-24	-26	-28	-30	-33	-36	-40	-44	+44		
U 10 (*)	7-9	08-10													2 Minuten
U 13	10-12	05-07		-28	-30	-33	-36	-40	-44	-48	-52	-57	+57	2 Minuten	
U 15	12-14	03-05			-33	-36	-40	-44	-48	-52	-57	-63	+63	3 Minuten	
U 18	15-17	00-02			-40	-44	-48	-52	-57	-63	-70	-78	+78	4 Minuten	
U 21	17-20	97-00				-44	-48	-52	-57	-63	-70	-78	+78	4 Minuten	
Frauen	ab 17	ab 00					-48	-52	-57	-63	-70	-78	+78	4 Minuten	

MÄNNLICHE JUGEND / MÄNNER

Altersklasse	Alter	Jahrgänge	Gewichtsklassen (kg)											Kampfzeit	
			-21	-23	-25	-27	-29	-31	-34	-37	-40	-43	+43		
U 10 (*)	7-9	08-10													2 Minuten
U 13	10-12	05-07		-29	-31	-34	-37	-40	-43	-46	-50	-55	+55	2 Minuten	
U 15	12-14	03-05		-34	-37	-40	-43	-46	-50	-55	-60	-66	+66	3 Minuten	
U 18	15-17	00-02		-43	-46	-50	-55	-60	-66	-73	-81	-90	+90	4 Minuten	
U 21	17-20	97-00				-55	-60	-66	-73	-81	-90	-100	+100	4 Minuten	
Männer	ab 17	ab 00					-60	-66	-73	-81	-90	-100	+100	5 Minuten	

Im Jugendbereich (männlich und weiblich) wird eine Gewichtstoleranz von 100 g zugelassen.

Maßgeblich für die Altersklasseneinteilung ist der **Jahrgang**, nicht das Alter!

(*) In der Altersklasse U 10 sind die Gewichtsklassen nur bei Meisterschaften verpflichtend. Bei Turnieren wird die Einteilung in gewichtsnahen Gruppen (z.B. 5er-Pools) empfohlen.

Bei Mannschaftsturnieren kann auch mit weniger oder alternativen Gewichtsklassen gekämpft werden. Welcher Jahrgang für welche Jugendmannschaft startberechtigt ist, wird durch Veröffentlichung seitens der Verbandsjugendleitung bekanntgegeben.

Bei Einzelturnieren kann die sportliche Leitung beim Wiegen in der untersten und obersten Gewichtsklasse das tatsächliche Körpergewicht ermitteln lassen und im Bedarfsfall eine untere oder obere Gewichtsklasse hinzufügen.

Der sportlichen Leitung bleibt es vorbehalten bei geringer Beteiligung zwei angrenzende Gewichtsklassen zusammenzulegen.

Deutscher Jugendpokal für Vereinsmannschaften

U 18 - Jahrgänge 2000, 2001 und 2002 (Gewichtsklassen werden noch bekanntgegeben.)

U 16 - Jahrgänge 2002, 2003 und 2004

weiblich: -42, -47, -53, -60, +60 kg (Mindestgewicht: 36,1 kg)
männlich: -46, -52, -58, -66, +66 kg (Mindestgewicht: 40,1 kg)

U 14 - Jahrgänge 2004, 2005 und 2006

weiblich: -38, -44, -50, -57, +57 kg (Mindestgewicht: 32,1 kg)
männlich: -37, -42, -48, -55, +55 kg (Mindestgewicht: 31,1 kg)

Jeder Verein kann max. 10 Judokas pro Mannschaft melden. Pro Mannschaft müssen zum Zeitpunkt der Meldung und zu jedem Mannschaftskampf mindestens drei Gewichtsklassen besetzt sein. Nur Vereinsmannschaften werden zugelassen. Bei der Mädchenmannschaft darf eine Kampfgemeinschaft aus zwei Vereinen gebildet werden.

Außerdem findet 2017 zum ersten Mal der Deutsche Mannschaftspokal für Frauen und Männer statt.

Gewichtsklassen bei Sichtungsturnieren

U 14 weiblich: -30/-33/-36/-40/-44/-48/-52/-57/-63/+63 kg
U 14 männlich: -31/-34/-37/-40/-43/-46/-50/-55/-60/+60 kg

U 16 weiblich: -36/-40/-44/-48/-52/-57/-63/-70/+70 kg
U 16 männlich: -37/-40/-43/-46/-50/-55/-60/-66/-73/+73 kg

U 17 weiblich: -40/-44/-48/-52/-57/-63/-70/+70 kg
U 17 männlich: -40/-43/-46/-50/-55/-60/-66/-73/-81/+81 kg

Oktober

- 1 So

- 2 Mo 40. KW

- 3 Di Tag d. deutschen Einheit

- 4 Mi

- 5 Do

- 6 Fr

- 7 Sa Bundesliga-Finale Frauen

- 8 So

- 9 Mo 41. KW

- 10 Di

- 11 Mi

- 12 Do

- 13 Fr



- 14 Sa WdEM Frauen/Männer Bochum
Deutscher Jugendp. U 14 (LE)

- 15 So

- 16 Mo 42. KW

- 17 Di

- 18 Mi WM U 21 Pjöngjang/PRK

- 19 Do WM U 21 / WM G-Judo Köln

- 20 Fr WM U 21 (bis 22.) / WM G-Judo

- 21 Sa Int. Bayer Cup U 17 / U 20 Lev.
DPM Neuhof / WM G-Judo Köln

- 22 So Deutsche Pokalmeisterschaften
Neuhof / WM G-Judo Köln

- 23 Mo 43. KW

- 24 Di

- 25 Mi

- 26 Do

- 27 Fr

- 28 Sa

- 29 So

- 30 Mo 44. KW

- 31 Di Reformationstag Talentcamp

Ferien

November

- 1 Mi Allerheiligen Talentcamp

- 2 Do NWJV-Talentcamp U 15 Hennef

- 3 Fr NWJV-Talentcamp U 15 Hennef



- 4 Sa Bundesliga-Finale Männer
Deutscher Jugendpokal U 14

- 5 So Deutscher Jugendpokal U 14

- 6 Mo 45. KW

- 7 Di

- 8 Mi

- 9 Do

- 10 Fr

- 11 Sa EM U 23 Podgorica/MNE
BOT U 17 Herne/Holzwickede

- 12 So EM U 23 Podgorica/MNE

- 13 Mo 46. KW

- 14 Di

- 15 Mi

- 16 Do

- 17 Fr

- 18 Sa

- 19 So Volkstrauertag

- 20 Mo 47. KW

- 21 Di

- 22 Mi

- 23 Do

- 24 Fr

- 25 Sa Deutscher Jugendpokal U 18
(Landesentscheid)

- 26 So Totensonntag

- 27 Mo 48. KW

- 28 Di

- 29 Mi

- 30 Do

Dezember

- 1 Fr

- 2 Sa

- 3 So

- 4 Mo 49. KW

- 5 Di

- 6 Mi

- 7 Do

- 8 Fr

- 9 Sa Deutscher Jugendpokal U 18

- 10 So Deutscher Jugendpokal U 18

- 11 Mo 50. KW

- 12 Di

- 13 Mi

- 14 Do

- 15 Fr



- 16 Sa Deutscher Mannschaftspokal
LMT Frauen/Männer Hattingen

- 17 So

- 18 Mo 51. KW

- 19 Di

- 20 Mi

- 21 Do

- 22 Fr

- 23 Sa

- 24 So Heiligabend

- 25 Mo 1. Weihnachtsfeiertag 52. KW

- 26 Di 2. Weihnachtsfeiertag

- 27 Mi

- 28 Do

- 29 Fr

- 30 Sa

- 31 So Silvester

Ferien

Januar

1	So	Neujahr	
2	Mo		1. KW
3	Di		
4	Mi		
5	Do		
6	Fr		
7	Sa		
8	So		
9	Mo		2. KW
10	Di		
11	Mi		
12	Do		
13	Fr		
14	Sa		
15	So		
16	Mo		3. KW
17	Di		
18	Mi		
19	Do		
20	Fr		
21	Sa	Deutsche Meisterschaften Frauen/Männer Duisburg	
22	So	Deutsche Meisterschaften Frauen/Männer Duisburg	
23	Mo		4. KW
24	Di		
25	Mi		
26	Do		
27	Fr		
28	Sa		
29	So		
30	Mo		5. KW
31	Di		

Ferien



Februar

1	Mi		
2	Do		
3	Fr		
4	Sa		
5	So	Nordrheinmeisterschaften/ Westfalenmeisterschaften U 21	
6	Mo		6. KW
7	Di		
8	Mi		
9	Do		
10	Fr		
11	Sa	Westdeutsche Meisterschaften U 18 Herne	
12	So	Westdeutsche Meisterschaften U 21 Lünen	
13	Mo		7. KW
14	Di		
15	Mi		
16	Do		
17	Fr		
18	Sa	Westdeutsche Meisterschaften U 15 Dormagen	
19	So	Westdeutsche Meisterschaften U 15 Dormagen	
20	Mo		8. KW
21	Di		
22	Mi		
23	Do		
24	Fr	Judo-Grand-Prix Düsseldorf	
25	Sa	Judo-Grand-Prix Düsseldorf	
26	So	Judo-Grand-Prix Düsseldorf	
27	Mo	Rosenmontag	9. KW
28	Di		



März

1	Mi		
2	Do		
3	Fr		
4	Sa	Deutsche Meisterschaften U 18 Herne	
5	So	Deutsche Meisterschaften U 18 Herne	
6	Mo		10. KW
7	Di		
8	Mi		
9	Do		
10	Fr		
11	Sa	Deutsche Meisterschaften U 21 Frankfurt (Oder)	
12	So	DEM U 21 Frankfurt (Oder) JHV NWDK Bochum	
13	Mo		11. KW
14	Di		
15	Mi		
16	Do		
17	Fr		
18	Sa	Landesmannschaftsturnier Frauen Bielefeld	
19	So	Landesmannschaftsturnier Männer Bielefeld	
20	Mo		12. KW
21	Di		
22	Mi		
23	Do		
24	Fr		
25	Sa	Senioren-Cup Ü30 Bochum	
26	So		
27	Mo		13. KW
28	Di		
29	Mi		
30	Do		
31	Fr		



April

1	Sa	DJB-Ranglistenturnier Bottrop	
2	So		
3	Mo		14. KW
4	Di		
5	Mi		
6	Do		
7	Fr		
8	Sa	IT U 16 m Duisburg IT U 16 w Bottrop	
9	So		
10	Mo		15. KW
11	Di		
12	Mi		
13	Do		
14	Fr	Karfreitag	
15	Sa		
16	So	Ostersonntag	
17	Mo	Osternmontag	16. KW
18	Di		
19	Mi		
20	Do	EM Warschau/POL	
21	Fr	EM Warschau/POL	
22	Sa	EM Warschau/POL DEM Ü30 Wiesbaden	
23	So	Europameisterschaften Warschau/POL	
24	Mo		17. KW
25	Di		
26	Mi	Landesfinale Schulen Witten	
27	Do		
28	Fr		
29	Sa	European-Cup U 18 Berlin	
30	So	NWJV-Verbandstagung Bochum / EC U 18 Berlin	

Ferien



Mai

1	Mo	Maifeiertag	18. KW
2	Di		
3	Mi		
4	Do		
5	Fr		
6	Sa		
7	So		
8	Mo		19. KW
9	Di		
10	Mi		
11	Do		
12	Fr		
13	Sa	Rhein-Ruhr-Pokal U 18, Frauen, Männer Duisburg	
14	So	Landeseinzeltturnier U 15 Essen	
15	Mo		20. KW
16	Di		
17	Mi		
18	Do		
19	Fr		
20	Sa		
21	So		
22	Mo		21. KW
23	Di		
24	Mi		
25	Do	Himmelfahrt	
26	Fr		
27	Sa	Open Air Team Challenge Wickede/Ruhr	
28	So		
29	Mo		22. KW
30	Di		
31	Mi		



Juni

1	Do		
2	Fr		
3	Sa		
4	So	Pfingstsonntag	
5	Mo	Pfingstmontag	23. KW
6	Di		
7	Mi		
8	Do		
9	Fr		
10	Sa	Deutscher Jugendpokal U 16 Landesentscheid Wickede/Ruhr	
11	So		
12	Mo		24. KW
13	Di		
14	Mi		
15	Do	Fronleichnam / Veteranen-EM	
16	Fr	Ruhr-Games / Veteranen-EM	
17	Sa	Ruhr Games Hamm / Veter. EM DM Kata Hoppegarten	
18	So	Veteranen-EM Athen/GRE DM Kata Hoppegarten	
19	Mo		25. KW
20	Di		
21	Mi		
22	Do		
23	Fr		
24	Sa	Deutscher Jugendpokal U 16 Bad Homburg	
25	So	Deutscher Jugendpokal U 16 Bad Homburg	
26	Mo		26. KW
27	Di		
28	Mi		
29	Do		
30	Fr	EM U 18 Kaunas/LTU	



Juli

1	Sa	EM U 18 Kaunas/LTU Nordrhein-Cup Duisburg	
2	So	EM U 18 Kaunas/LTU Westfalen-Cup	
3	Mo		27. KW
4	Di		
5	Mi		
6	Do		
7	Fr		
8	Sa		
9	So		
10	Mo		28. KW
11	Di		
12	Mi		
13	Do		
14	Fr		
15	Sa	European-Cup Saarbrücken	
16	So	European-Cup Saarbrücken	
17	Mo		29. KW
18	Di		
19	Mi		
20	Do		
21	Fr		
22	Sa		
23	So		
24	Mo	EYOF Győr/HUN	30. KW
25	Di	EYOF Győr/HUN	
26	Mi	EYOF Győr/HUN	
27	Do	EYOF Győr/HUN	
28	Fr	EYOF Győr/HUN	
29	Sa	European-Cup U 21 Berlin	
30	So	European-Cup U 21 Berlin	
31	Mo		31. KW



August

1	Di		
2	Mi		
3	Do		
4	Fr		
5	Sa		
6	So		
7	Mo		32. KW
8	Di		
9	Mi	WM U 18 Santiago de Chile/CHI	
10	Do	WM U 18 Santiago de Chile/CHI	
11	Fr	WM U 18 Santiago de Chile/CHI	
12	Sa	WM U 18 Santiago de Chile/CHI	
13	So	WM U 18 Santiago de Chile/CHI NWJV-Sommerschule Hennef	
14	Mo	NWJV-Sommerschule	33. KW
15	Di	NWJV-Sommerschule Hennef	
16	Mi	NWJV-Sommerschule Hennef	
17	Do	NWJV-Sommerschule Hennef	
18	Fr	NWJV-Sommerschule Hennef	
19	Sa		
20	So		
21	Mo		34. KW
22	Di		
23	Mi		
24	Do		
25	Fr		
26	Sa		
27	So		
28	Mo	WM Budapest/HUN	35. KW
29	Di	WM Budapest/HUN	
30	Mi	WM Budapest/HUN	
31	Do	WM Budapest/HUN	



September

1	Fr	WM Budapest/HUN	
2	Sa	Weltmeisterschaften Budapest/HUN	
3	So	Weltmeisterschaften Budapest/HUN	
4	Mo		36. KW
5	Di		
6	Mi		
7	Do		
8	Fr		
9	Sa	LET U 14 / U 17 Mülheim	
10	So		
11	Mo		37. KW
12	Di		
13	Mi		
14	Do		
15	Fr	EM U 21 Maribor/SLO	
16	Sa	Europameisterschaften U 21 Maribor/SLO	
17	So	Europameisterschaften U 21 Maribor/SLO	
18	Mo	Bundesfinale	38. KW
19	Di	der Schulen	
20	Mi	in Berlin	
21	Do		
22	Fr		
23	Sa		
24	So		
25	Mo		39. KW
26	Di		
27	Mi		
28	Do		
29	Fr		
30	Sa		





Ju-no-Kata

von Wolfgang Dax-Romswinkel und Ulla Loosen

柔
の
形

Folge 5: „Kata-oshi“

Die zweite Technik der Ju-no-Kata gehört zu den weniger komplexen Aktionen der Kata. Sie birgt aber dennoch einige Herausforderungen, die im Detail dann doch nicht ganz so einach sind, wie sie zunächst erscheinen mögen. Die Hauptschwierigkeit hat diesmal Uke zu bewältigen, der aus einer Drehung heraus einen ernsthaften und präzisen Stich zu Toris Nasenwurzel ausführen muss. Hierbei ist die Körperhaltung von zentraler Bedeutung. Schließlich müssen Tori und Uke

der Versuchung widerstehen, die Biegsamkeit von Ukes Lendenwirbelsäule zu testen. In der Endposition geht es nicht darum, besondere Beweglichkeit zu demonstrieren, sondern darum, dass Ukes Gleichgewicht vollständig gebrochen ist.

Viel Spaß beim Üben wünschen Euch Ulla und Wolfgang



Ukes Stich und Toris Reaktion sind das Schlüsselement von Kata-oshi (Kata WM 2013, Kyoto. JPN)



Kontrolle des Gleichgewichts statt „Biegetest“ (Vorführungen beim Grand-Prix Düsseldorf 2014)

Übergang von Tsuki-dashi zu Kata-oshi



Nach Abschluss der ersten Technik, Tsuki-dashi, stehen Tori und Uke hintereinander mit Blick zu Shomen (1). Zum Einnehmen der Ausgangsposition für Kata-oshi müssen sich beide um 90° drehen. Beide drehen sich auf dem Ballen des linken Fußes

im Uhrzeigersinn (2, 3). Toris linker Fuß bleibt auf der Stelle stehen während er sich langsam dreht(3-5). Uke dreht sich ebenfalls auf dem linken Fuß, macht aber danach mit dem rechten Fuß einen Schritt hinter Toris linken Fuß (4,5) und zieht dann den linken

Fuß auf gleiche Höhe wie den rechten Fuß nach (6). Beide stehen nun seitlich versetzt hintereinander in einem Abstand von wenigen Zentimetern. Ukes rechter und Toris linker Fuß stehen in einer Flucht. (Bilder: Kata-WM 2014, Malaga, ESP)

Kata-oshi im Überblick (von Shomen aus gesehen)



Uke steht seitlich ein wenig versetzt hinter Tori (1). Er hebt seine rechte Hand (2) und schiebt Tori an dessen Schulterblatt (3) nach vorne. Tori gibt dem Druck nach und beugt sich ab. Uke folgt der Bewegung Toris und drückt dessen Oberkörper nach vorne-unten (4-6). Wenn beide ganz nach vorne abgebeugt sind und Uke nicht weiter nach unten drücken kann, lässt er seine Hand über Toris Schulter

gleiten und beginnt, ihn nach hinten zu ziehen (7). Tori gibt diesem Zug nach (8) und macht einige kleine Schritte nach hinten, während er mit der rechten Hand Ukes Finger greift. Uke nimmt seine linke Hand an seine Hüfte und sticht auf dem rechten Fuß (11) zu Tori und sticht mit den ausgestreckten Fingern seiner linken Hand zwischen Toris Augen (12-16).

Tori weicht zurück, schnappt Ukes Hand (16), zieht Uke weiter nach oben aus dem Gleichgewicht (17, 18), dreht Uke herum (19-22), bringt ihn aus dem Gleichgewicht und kontrolliert ihn durch Fingerhebel (23) an beiden Händen. Uke gibt durch Zurücksetzen des linken Fußes das Aufgabezeichen (24). Tori stellt ihn daraufhin wieder in seine Ausgangsposition zurück (24- 27).

Kata-oshi im Detail (von der Gegenseite aus gesehen)

Die meisten Details lassen sich von der gegenüberliegenden Seite besser erkennen, weswegen wir hier einen Perspektivwechsel vornehmen.



Uke hebt seinen rechten Arm seitlich nach oben, indem er seinen Daumen mit nach unten zeigenden Fingern an seiner Körperseite entlang nach oben zieht (1, 2). Sobald die Hand auf Schulterhöhe angelangt ist, kippt er die Finger nach oben, sodass seine Handflä-

che zu Toris rechter Schulter zeigt (3, 4). Er bringt die Handfläche gegen Toris Schulterblatt (5) und beginnt Tori nach vorne zu drücken. Hierzu muss er seinen Körper leicht nach vorne lehnen (6, 7), ohne jedoch sein Gleichgewicht aufzugeben. Tori reagiert auf

Ukes Druck, indem er sich in der Hüfte nach vorne abbeugt (ab 6) und so den Druck ins Leere laufen lassen möchte. Uke erkennt dies, folgt Toris Bewegung, indem er ebenfalls den Oberkörper abbeugt und Tori nach unten drückt (8).



Sobald Tori ganz abgebeugt ist, erkennt Uke, dass er Tori nicht mehr nach vorne aus dem Gleichgewicht bringen kann und ändert daraufhin die Angriffsrichtung. Er lässt seine rechte Hand über Toris Schulter gleiten (9), hakt seine gebeugte Hand an Toris Schulter

ein (10) und beginnt Tori nach hinten zu ziehen (11). Tori gibt dem Druck mit einem Schritt rechts seitlich nach hinten nach (9, 10) und ergreift mit seiner rechten Hand Ukes Finger (11). Tori geht weiter mit kleinen Schritten nach hinten, während Uke sich auf

der Ferse des rechten Fußes zu Tori dreht und dabei seine Hand mit der Handfläche nach oben zur Vorbereitung eines Stiches an die Hüfte nimmt (13, 14).



Während Tori weiterhin mit kleinen Schritten nach hinten geht, dreht sich Uke vollständig herum (15), hebt seinen rechten Arm und hält ihn mit gebeugtem Ellbogen

auf Spannung (16), damit der Abstand zu Tori nicht zu groß für den nachfolgenden Angriff wird. Mit einem großen Schritt links nach vorne versucht Uke mit den ausgestreckten

Fingern seiner linken Hand - Handfläche zeigt nach oben - einen Stich zwischen Toris Augen (17-19). Tori weicht mit einem Schritt links zurück, vergrößert die Distanz und...



... fängt Ukes stechende Hand in dem Moment, in dem die maximale Reichweite erreicht ist (20). Tori greift dabei nicht Ukes Handteller, sondern dessen Finger (21). Mit

beiden Händen zieht Tori Uke in Verlängerung der Stichbewegung nach vorne oben aus dem Gleichgewicht und beginnt damit, Uke im Uhrzeigersinn herumzudrehen (22, 23).

Wichtig: Uke muss währenddessen unbedingt eine Gegenspannung (Verteidigung!) aufbauen, sodass er gezogen werden muss. Keinesfalls darf er aktiv mitgehen.

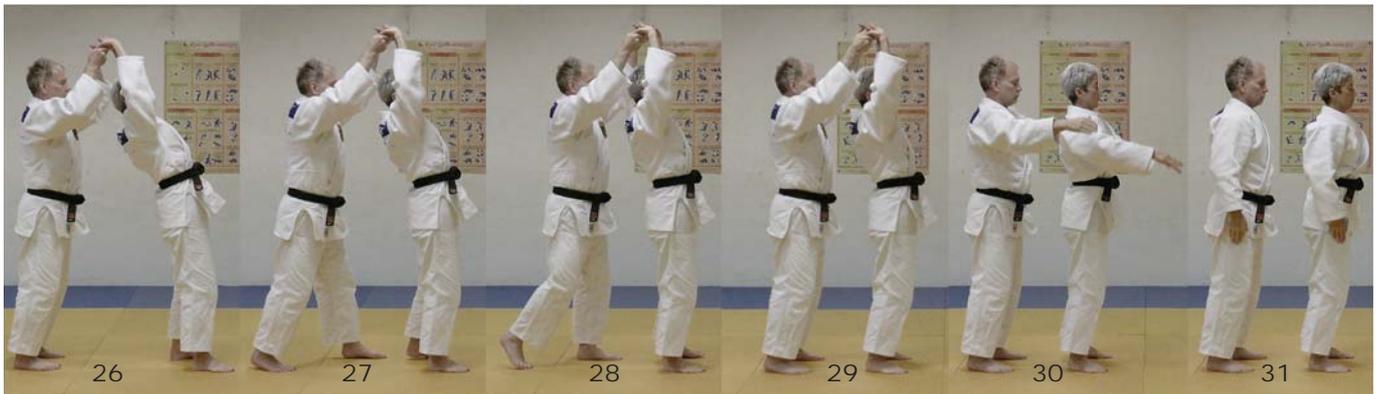


*Kontrolle von Ukes Händen:
Ukes Finger werden von der Klein-
fingerseite her umgriffen*

Tori klappt Ukes Handgelenke nach hinten unten (ab 23), macht mit dem linken Fuß einen Schritt nach schräg hinten (24), sodass

er in Shizen-hontai steht (24) und dreht Uke vollständig herum. Er zieht Uke nach hinten oben aus dem Gleichgewicht und überstreckt

Ukes Handgelenke weiter (25 und Detail oben rechts). In dieser Position ist Uke hilflos und wird vollständig kontrolliert.



Ukes Gewicht lastet vollständig auf seinen Fersen (25). Als Zeichen der Aufgabe rutscht Uke mit seinem linken Fuß einige Zentimeter nach hinten ohne die belastete Ferse von der

Matte zu heben (26). Da er vollständig aus dem Gleichgewicht gebracht wurde, kann er sich auch nicht mehr aus eigener Kraft aufrichten. Stattdessen stellt ihn Tori mit einem

Schritt links-rechts wieder in die aufrechte Position zurück (27-29). Beide senken ihre Arme und stehen hintereinander in Shizen-hontai (30, 31).

Die Position auf der Matte



Auf dem Bild links ist die Positionierung von Ukes rechter Hand deutlich zu sehen. Ein weiteres wichtiges Detail ist jedoch

erst durch die Linien und die eingblendete transparente Ausgangsposition rechts-außen erkennbar. Die Gesamtbewegung zeigt einen

deutlichen seitlichen Versatz und findet nicht auf einer Linie statt!



Ukes Stich und die korrekte Distanz

Beim Stich muss Uke mit dem Körper frontal zu Tori ausgerichtet sein. Andernfalls ist kein effektiver Angriff möglich. Deutlich ist dies an der geraden Fußstellung Ukes erkennbar.

Tori kann den Stich unmöglich während der Bewegung fangen, sondern muss warten, bis Ukes Arm gestreckt und die Endposition erreicht ist. Erst wenn die Hand wie im Bild einen Moment stillsteht, kann er zufassen.

Des Weiteren müssen die Distanzen stimmen. Zu Beginn des Stiches befindet sich Tori innerhalb der Reichweite Ukes, *während* des Angriffs vergrößert er die Distanz und kann nicht mehr getroffen werden. Oft sieht man jedoch, dass Tori schon sehr weit von Uke entfernt ist, bevor dieser mit dem Stich beginnt, und Tori nur noch auf einen Angriff wartet, der sein Ziel nie erreichen könnte. Auf der anderen Seite darf Tori nicht so dicht stehen, sodass Uke seinen Stich abbrechen muss, um Tori nicht zu verletzen.



Ruhr Games 2017 - Jugendcamp

Vom 15. bis 18. Juni 2017 öffnen die Ruhr Games als Europas großes Sport-Festival in Dortmund, Hagen und Hamm erneut gratis ihre Pforten. An diesen drei Standorten wird Sportlern und Besuchern ein attraktives Rahmenprogramm geboten. Ein Highlight ist das multinationale Jugendcamp für 1.000 Teilnehmer/-innen in Hamm.

Jetzt schnell anmelden und einen der 1.000 begehrten Plätze im Jugendcamp im Rahmen der Ruhr Games in Hamm sichern: www.ruhrgames.de/de/anmeldung/

WANN?	11. bis 18. Juni 2017
WO?	Sportzentrum Hamm-Ost
WER?	1.000 Jugendliche aus ganz Europa
KOSTEN?	Programm, Unterbringung und Verpflegung sind kostenlos. Die Anreise muss selbst finanziert werden
WAS WIRD BENÖTIGT?	Campingequipment (Zelt, Isomatte, Schlafsack)

Die Betreuung für die minderjährigen Teilnehmer/-innen muss über den Verein oder die entsendende Organisation erfolgen. Betreuer/-innen müssen mindestens 18 Jahre alt sein. Ab einer Gruppengröße von 18 Personen empfehlen wir mindestens zwei Betreuer/-innen.



Freiwilligendienste im (Budo-) Sport

Das Bildungsjahr 2017/18 für FSJ'ler steht bereits vor der Tür und beginnt im September. In Frage kommen Jugendliche zwischen 16 und 27 Jahren, besonders viele Interessenten kamen bislang aus dem ABI-Abschlussjahr. Schon jetzt sollten interessierte Vereine die Augen aufhalten für potenzielle Freiwillige.

Mit einem FSJ'ler haben die Budovereine in NRW die große Chance einen erheblichen Fortschritt in ihrer Vereinsentwicklung zu tätigen und eine FSJ-Stelle zu schaffen und zu besetzen. FSJ'ler Kosten ca. 425,00 Euro im Monat und bekommen 300 Euro Taschengeld (Differenz sind Sozialabgaben) für 39 Wochenstunden Dienst.

Der Antrag auf Anerkennung als Einsatzstelle für FSJ und weitere Informationen finden sie zum Download unter

www.nwfv.de/jugend/freiwilliges-soziales-jahr

Über Refinanzierungsmöglichkeiten und weitere Informationen berät sie Kai Kirbschus unter 02 03 / 73 81 - 6 25 gerne persönlich oder auch per E-Mail: Kai.Kirbschus@nwfv.de



IMPRESSUM

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

44. Jahrgang 2016

Herausgeber, Verlag, Redaktion, Anzeigen- und Abverwaltung:

Dachverband für Budotechniken Nordrhein-Westfalen e.V.
Postfach 10 15 06
47015 Duisburg
Friedrich-Alfred-Str. 25
47055 Duisburg
Telefon: 02 03 / 73 81 - 6 26
Telefax: 02 03 / 73 81 - 6 24
E-Mail: info@budo-nrw.de
www.budo-nrw.de

Redaktionsleitung: Erik Gruhn (verantwortlich)
E-Mail: Gruhn@budo-nrw.de

Redaktionsschluss: der 1. des Vormonats

ISSN 0948-4124

Druck:

SET POINT Schiff & Kamp GmbH
Moerser Str. 70
47475 Kamp-Lintfort

Anzeigenpreise: Preisliste Nr. 5 vom 1.5.2011

Erscheinungsweise: monatlich, 10 x im Jahr

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

Lieferbedingungen:

Jahresabonnement 35,00 €
Bei Bankeinzug ermäßigt sich der Preis für das Jahresabonnement auf 30,00 € Bezugsgebühren werden jeweils für das Kalenderjahr erhoben.

Einzelheftpreis: 3,90 €

Bei Bestellungen mehrerer Exemplare Konditionen auf Anfrage.

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

Urheberrechtlicher Hinweis:

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



Dan-Prüfung

Im Leistungszentrum des GJV NRW in Köln Porz-Ensen stellten sich acht Ju-Jutsukas einer Dan-Prüfung. Den beiden Prüfungskommissionen und dem Publikum wurden gute Leistungen gezeigt. Wir

gratulieren zum 1. Dan Rene Glaser, Carsten Hermes, Sören Harms, zum 2. Dan Ulrike Lechner, Rene Kattwinkel, Michael Ambacher, Oleg Kirschenmann und zum 5. Dan Joachim Jäger.

Jörg Lüllwitz



Vierter Dan-Speziallehrgang

Der Goshin-Jitsu Verband NRW hatte zum vierten Dan-Speziallehrgang im Leistungszentrum des GJV NRW Köln-Porz eingeladen. Das Thema des Lehrgangs lautete Judo. Hierzu stand als Referent René Jeske (1. Dan Judo) auf der Matte. Als Unterstützung hatte René Daniele Palma mitgebracht. Nach einem judospezifischen Aufwärmprogramm ging René auf den O-uchi-gari ein. Stückchenweise nahm René den Wurf unter die Lupe. Die Details wie Fußstellung, Bewegungsrichtung, Belastung und Armzug wurden von René eingehend erklärt und demonstriert. Die einzelnen Phasen wurden im Anschluss von den Teilnehmern ausgiebig geübt, wobei René und Daniele hilfreich unterstützten. In gleicher Weise stellte René den Uchi-mata vor. Schließlich wurden der O-uchi-gari und der Uchi-mata kombiniert. Nach einer Pause ging es mit Bodentechniken weiter. Hierbei wurden

Überrolltechniken, die in Würgegriffen und Hebeln endeten, vorgestellt. Den Teilnehmern wurde ein überaus interessanter Lehrgang geboten. Selbst erfahrene Judokas konnten noch neue Erkenntnisse mitnehmen. Der Vorstand des Goshin-Jitsu Verbandes NRW bedankt sich bei René Jeske und Daniele Palma für den hervorragenden Lehrgang.

J. Lüllwitz



Zweiter Dan-Vorbereitungslehrgang

Im Dojo des 1. Bocklemünder Judo Club DJK fand der zweite Dan-Vorbereitungslehrgang statt. Nach dem Aufwärmen mussten sechs Dan-Anwärter ihr Können in einer Lehrprobe unter Beweis stellen. Die Themen waren im ersten Dan-Vorbereitungslehrgang vergeben worden. Gezeigt wurden unter anderem Shiho-nage, Tai-o-toshi für Fortgeschrittene, Waki-gatame für Fortgeschrittene und Sumi-gaeshi für Fortgeschrittene. Die Ergebnisse konnten sich allesamt sehen lassen. Anschließend führte Heinz Hecker, 6 Dan Goshin Jitsu, durch das weitere Programm. Hierbei wurden praxisnahe Techniken eingehend beleuchtet und geübt. Mit ihren gezeigten Leistungen bewegten sich die Lehrgangsteilnehmer auf einem hohen Niveau. Der Vorstand des Goshin-Jitsu Verbandes NRW dankt dem 1. Bocklemünder Judo-Club für die Bereitstellung seines Dojo.

J. Lüllwitz



der budoka

ISSN 0948-4124

Bestellschein

<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 35,00 € / bei Bankeinzug 30,00 € (Bezugsjahr ist das Kalenderjahr). Die Kündigung des Abos ist mit einer Frist von sechs Wochen zum Ende des Kalenderjahres möglich.	
	Name:	Vorname:
	Straße/Hausnr.:	
	PLZ:	Wohnort:
	E-Mail:	
	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-Str. 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	Rechtsverbindliche Unterschrift	



Die sechs Bewerber um die nächsthöhere Graduierung waren gut vorbereitet



Dan-Prüfung in Oelde

Nach gründlicher Vorbereitung stellten sich auch in diesem Jahr wieder Hapkido aus Ostwestfalen der Dan-Prüfung der World Kido Federation. Ausrichter der Veranstaltung war der Hapkido Club Oelde, der seine Halle dem Ereignis angemessen zu einem stilvollen Dojang vorbereitet hatte. Und auch die sechs Bewerber um die nächsthöhere Graduierung waren gut vorbereitet. Sie hatten die einzelnen Disziplinen Nak-Beop, Chok-Sul, Hoshinsul und Hyeong intensiv trainiert und dazu viele Stunden ihrer Freizeit geopfert.

Ein Höhepunkt der Prüfung war die Vorführung der zahlreichen Hyeongs. Die sechsköpfige Prüfungskommission verlangte das Zeigen aller Formen der Geub- und Dan-Grade. Dies stellte vor allen Dingen eine Anforderung an die Konzentration der Prüflinge. Und hier zeig-

te sich erstaunlicherweise, dass der Anspannung doch Tribut gezollt werden musste. Einige Formen wurden abgebrochen und mussten neu begonnen werden. Ein deutliches Zeichen dafür, dass eine Dan-Prüfung entgegen aller anderslautenden Aussagen doch nicht eine Gürtelprüfung wie jede andere ist.

Insgesamt konnten alle Kandidaten mit guten Leistungen am Ende des Tages ausgepowert und verschwitzt, aber glücklich die vom Präsidenten und Großmeister Seo In-Sun ausgestellten Urkunden durch den Prüfungsausschussvorsitzenden Detlef Klos überreicht bekommen. Fabian Ludolph bestand die Prüfung zum 3. Dan, Thomas Droll-Ostkamp zum 2. Dan und Bartek Gloger, Mark Allen sowie Reiner Dietrich zum 1. Dan.

Detlef Klos





Die Prüfer und Prüflinge mit den vom Präsidenten und Großmeister Seo In-Sun ausgestellten Urkunden



Abwehr mit dem Gehstock



Aufwärmen



Bewegt älter werden in NRW mit Shiruba Jiu Jitsu

Nachgeben – nicht Aufgeben

von Ute Schwarzwald

Ausweichen in fließender Bewegung steht als erstes auf der langen Liste, die Jürgen und Helmut gerade an die Wand des Herner Dojos gepinnt haben. Sieben eng beschriebene Seiten lang ist sie, diese Liste, 96 einzelne Übungen sind schließlich zu bewältigen für die in der kommenden Woche anstehende Blaugurtprüfung der beiden Kampfsportler. Doch das sieht gut aus, was die beiden da zeigen; rasch und scheinbar mühelos lässt Jürgen die unvermittelten Angriffe seines Uke ins Leere laufen. Uwe Reichert (48), Trainer und Vorsitzender des Zen-Ki-Budo, nickt anerkennend. „Die Ausführung“, gesteht Helmut, „ist ja auch nicht das Problem. Aber 96 Aufgaben, die musst du erstmal alle behalten ...!“ Fiele einem wahrscheinlich auch dann nicht leicht, wenn man Anfang 20 wäre. Jürgen aber ist 66 und Helmut 68. Die beiden Freunde, gelernter Maschinenschlosser der eine, einst im Export tätig der andere, sind Rentner. Und machen Jiu Jitsu? Ja, Shiruba Jiu Jitsu!

Wörtlich übersetzt bedeutet das Wort „Shiruba“ Silber. Die Japaner bezeichnen als Shiruba aber auch die, deren Haar silbern ist: die in Würde Ergrauten. Als Senioren-Jiu aber möchte Uwe Reichert diese Kampfsport-Variante nicht verstehen. Das Programm nämlich unterscheidet sich gar nicht so stark vom regulären Jiu Jitsu. Mit einer Ausnahme: Geworfen wird beim Shiruba niemand, zu Boden geführt dagegen schon. Angeblich lassen es die Shirubas im Ganzen auch etwas ruhiger angehen ... an diesem Abend im Herner Dojo ist von Ruhe und Gemächlichkeit allerdings wenig zu spüren: Beim Aufwärmen fließt reichlich Schweiß und das Keuchen einiger Teilnehmer ist unüberhörbar.

„Klar, das ist mächtig anstrengend hier für mich“, sagt etwa Werner (41). Viele Jahre lang – „vom Pampers-Bomber an bis zum Teenager-Alter“ – hat er Fußball gespielt, nun sind seine Knie kaputt. Und trotz 30 bereits abgespeckter Kilo ist er noch immer kein Leichtgewicht -- aber „mit unglaublich viel Spaß dabei“. „Kampfsport hat mich schon lange interessiert, aber ich hab mich nie getraut, das auszuprobieren, mit meinen körperlichen Einschränkungen“, erklärt er. Dann stieß er im Internet auf Shiruba, suchte nach einem Verein in der Nähe, der das anbietet – und wurde beim Zen-Ki-Budo fündig. Seit Anfang des Jahres trainiert der Reparaturschlosser nun im Herner Dojo des jungen Bochumer Vereins – und ist begeistert. „Hier guckt einen keiner schief an, wenn man was nicht kann. Gemeinsam mit dem Trainer sucht man stattdessen nach einer Alternative.“

Als Uwe Reichert der Jiu Jitsu Union das Shiruba-Konzept des Zen-Ki-Budo vortrug, rannte er offene Türen ein. „Die hatten nur auf so etwas gewartet“, erklärt der 48-Jährige, der das Konzept zusammen mit Vereinskollege Udo Holtmann, damals selbst bereits Anfang 60, entwickelte. „Es kommen wegen der Ganztagsbeschulung ja viel weniger Jugendliche“, erklärt er die Begeisterung des Verbandes, der natürlich um die Nachwuchsprobleme wisse. Über die Hälfte der Verbandsmitglieder sei zudem älter als 45 – „und die werden ja auch nicht alle jünger ...“. 2009 stand das Konzept, inzwischen hat sogar der Landessportbund Shiruba in sein Programm „Bewegt Älter werden“ aufgenommen; beim Verband gibt es ein „Shiruba-Referenten-Team“ – und oft viele neugierige Besucher beim Zen-Ki-Budo. Zwölf Shiruba-Schüler trainieren heute in dem Jiu-Jitsu-Verein, 41 ist der Jüngste, 68 der Älteste, sogar ein Mann mit einer schweren Krebserkrankung ist regelmäßig dabei. Aus Witten, Herten und Castrop-Rau-



Abwehr mit dem Gehstock

xel reisen die Teilnehmer für das Training nach Herne an. Von noch viel weiter her kommen Vertreter interessierter Vereine. In Schwerte, Hösel, Velbert und Rheinberg gibt es inzwischen eigene Shiruba-Gruppen – und landesweit an die 50 aktive Shirubas.

Während Jürgen und Helmut sich inzwischen an die Tritte machen (und dabei immer mal wieder verstohlen auf die Liste an der Wand schielen), trainiert Werner unter den strengen Augen von Trainer Achim Vohl (59) mit Klaus und Karin („Ich bin die Quotenfrau hier!“) Abwehr gegen Angriffe mit Pistole, Faust und Stock. Karin, 56, kam über einen Selbstverteidigungskurs für Frauen beim Zen-Ki-Budo auf den Geschmack. Danach wollte sie gern weiter Kampfsport machen. „Aber das Fallen beim Jiu, das wär’ nix für mich mit meinem Bandscheibenvorfall an der Halswirbelsäule ...“ Seit Februar ist sie nun Shiruba – und heute ziemlich stolz, weil sie als frischgebackener



Festleger

Gelbgurt beim Angrüßen zum ersten Mal nicht ganz außen stehen muss ... Als einzige Frau unter lauter männlichen Kampfsportlern, ist das kein Problem? „Eine gewisse Hemmschwelle galt es schon zu überwinden“, gesteht die Chemotechnikerin. „Aber das galt ja für beide Seiten. Und war schnell abgehakt. Das ist eine total nette Truppe hier.“

Was Klaus sofort bestätigt. Er kam der Familie wegen. Die sagte ihm: Du musst endlich was tun für deine Gesundheit. „Aber Muckibude ist nichts für mich, ist mir viel zu stupide. Ich bin eher so der Vereinsmensch“, sagt der 59-jährige Krankenpfleger. Seit zwei Jahren ist er dabei – und missen mag er das Training bestimmt nicht mehr. „Ich genieße das, hier völlig konzentriert den Alltag vergessen zu können“, erklärt er. Inzwischen reicht ihm die Doppelstunde Shiruba am Freitag sogar nicht einmal mehr aus. Wann immer er es schafft, kommt er auch dienstagsmorgens, zum Frühaufsteher-Training des Zen-Ki-Budo für Wechselschicht-Arbeiter. Eine Dreiviertelstunde benötigt er für die Anreise. „Aber das ist es mir wert.“

Wer einmal kommt, das sagen auch die anderen Schüler, die heute hier sind, bleibe. Das Shiruba-Training macht Spaß, hier wird zwar viel geschnaufft, aber auch viel gelacht. Gerade jetzt etwa, als Werner feststellen muss, dass Klaus gegen seine Würgetechnik immun ist. „Der ist völlig schmerzfrei, da passiert nix“, beschwert sich Werner



Faustabwehr



Messerabwehr

銀柔術

SHIRUBA JIU JITSU



Dreh-Kipphebel

beim Trainer. „Mach du mal“, bittet der seine Schülerin Karin auf die Matte. Keine drei Sekunden und die kleine zarte Person hat den sicher dreimal so schweren Klaus „bezwungen“. Mit hochrotem Kopf geht er in die Knie und klopft ab: „Doch eine sehr effektive Technik!“ Achim erklärt sie Werner noch einmal, geduldig arbeiten Trainer und Schüler an der perfekten Ausführung.

Dabei geht es den meisten Shirubas weniger um die Selbstverteidigung als vielmehr um den Spaß am Sport. Jürgen jedenfalls, der sich gerade keuchend eine Pause gönnt („wir sind auch viel zu schnell, finde ich...“) sagt: „Das Training stärkt das Selbstbewusstsein und zur Not weiß ich auch, was ich machen kann, wenn mich mal wirklich jemand auf offener Straße angreifen sollte. Zumal wir hier ja auch lernen, gefährliche Situationen früh zu erkennen. Aber mir geht es eher um die Regelmäßigkeit, um Fitness und Beweglichkeit.“

„Siegen durch Nachgeben“, sagt Achim Vohl, ist der Grundgedanke des Jiu Jitsu. Und gerade beim Shiruba sei das eine bestechende Idee. „Der Gegner, den es zu besiegen gilt, steckt eher in mir selbst, als in dem Partner, der mir auf der Matte gegenüber steht.“ Der Schwerpunkt des Trainings liege nicht in der Selbstverteidigung, sondern in der Körperkontrolle. „Mit der erlernten Körperkontrolle haben die Shirubas aber ein ganz anderes Auftreten: Sie wirken stark, nicht schwach.“

Die beiden Dan-Träger Uwe Reichert und Achim Vohl (der auch traumatisierte Flüchtlingsfrauen und Menschen mit physischen Erkrankungen trainiert) halten die Shirubas für ihre anspruchsvollsten Schüler: „Ich muss sehr viel gezielter als im regulären Training auf jeden einzelnen eingehen“, sagt Reichert, „mir immer Alternativen überlegen, für den Fall, dass jemand aufgrund seiner körperlichen Beeinträchtigung mit einer Technik nicht klar kommt. Gesundheit ist das oberste Gebot.“ „Jemand, der Probleme mit den Beinen hat, kann sehr schnelle Arme haben“, erklärt Vohl das Prinzip. Genau: Von Werner, dem Schwergewicht mit den kaputten Knien, sagt Zen-Ki-Budo-Chef Uwe Reichert, „möchte ich keine geplästert bekommen.“

Und die anderen, die normalen Jiu-Jitsukas, im Verein, belächeln die ihre Shiruba-Kollegen nicht doch ein wenig. „Quatsch“, sagt Nils (24, Blaugurt), „das ist doch kein randständiger Seniorenclub. Die sind voll integriert. Ich find das echt gut, was die machen – und dass die überhaupt was machen, obwohl es ihnen vielleicht nicht so leicht fällt wie mir.“

„Es kommt halt drauf an, was man will“, erklärt Achim Vohl. „Wer ein harter Kerl sein will und jeden Angreifer mit einer ausgefeilten Technik aus den Schuhen hauen und auf die Matte pfeffern will – für den ist Shiruba nicht das Richtige. Alle, die immer schon gern Kampfsport machen wollten, sich aber nicht trauten, weil sie sich zu unfüt, zu schwer, zu krank oder zu alt dafür fühlten, sollten es mal probieren.“ Das heißt, Shiruba ist Kampfsport ohne Schmerzen? „Ne, ne“, grinst Helmut, der sich gerade wieder vom Boden aufrappelt, wohin ihn Jürgen sanft befördert hatte, „mir tun nach jedem Training die Knochen weh. Aber eben nie lange. Und seit ich Shiruba mache, fühle ich mich viel beweglicher, viel fitter als früher.“

Die beiden Grüngurte sind mit ihrem Training für die anstehende Prüfung nach 45 Minuten endlich durch. „Und? Wie war’s? Keine 3 dabei? Hätten wir bestanden?“, fragen sie den Trainer. „Alles bestens, keine 3 dabei. Ihr könnt Feierabend machen“, sagt Uwe Reichert. Aber die zwei wollen lieber noch einen Durchgang starten. „Die Hebel und die Transportgriffe“, erklärt Helmut, „die sitzen noch nicht richtig.“

„Die zwei“, findet Reichert, „haben richtig Ehrgeiz. Ich bin sicher, die fangen nach der Blaugurt-Prüfung sofort mit der Vorbereitung für die Braungurt-Prüfung an.“ Helmut wäre 70, wenn er sie ablegt. Und vielleicht fünf Jahre älter, wenn er dann noch weiter macht. Erst mit dem 1. Dan, der Prüfung zum Schwarzgurt, nämlich endet das Shiruba-Graduierungssystem. Aber wäre das nicht ein tolles Ziel für jeden 75-Jährigen: Meister werden!

Weitere Infos und Kontakt: Uwe Reichert, E-Mail: pressewart@jju-nw.de

Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:

Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESPORTBUND NORDRHEIN-WESTFALEN





24. Internationalen Meisterschaften der United Nations of Ju Jitsu (UNJJ) in Spanien

Team des DJJB holt Edelmetall nach NRW

... einen Flug buchen, etwas mehr üben, auf das Gewicht und die Gewichtsklasse achten, Schulbescheinigung wegen Befreiung vom Unterricht frühzeitig beantragen; oder noch ein paar Urlaubstage – diese Gedanken prägen auch den Alltag, wenn wieder einmal Internationale Meisterschaften anstehen – diesmal in Alicante/Spainien.

Da muss man noch ein bisschen mehr tun, denn die (internationale) Konkurrenz schläft nicht. Und dennoch will man schon bei der Vorbereitung im Sinne des Yin-Yang auf die optimale Ausschöpfung der Potenziale und Reserven achten und dies bei der Zielsetzung berücksichtigen. Für nicht Wenige lag das Internationale Budo-Ereignis der UNJJ in den Herbstferien. Immer wieder eine willkommene Zeit zum Ausruhen und „Abschalten“. Die Jiu-Jitsuka aus den Mitgliedsländern der UNJJ wollten mit ihren Teams aber vielmehr durchstarten und sich mit anderen Jiu-Jitsukas in den entsprechenden Alters- und



Bodenkampf



Josef Djakovic



Team Otterbach



Random attack

Gürtelklassen messen. Also ein Glücksfall, vor allen Dingen dann, wenn man Urlaub und Sport so prima miteinander verbinden kann, wenn man als Budoka – mit dem Sand und Strand des Mittelmeeres in der Nähe – nach erfolgter Leistung verdient Zoris (jap. „Sandalen“) gegen Badeschlappen tauscht und sich am und im warmen Wasser erholt.

Meisterschaft kann sehr vielfältig und vielschichtig sein. Dennoch war die Hauptaufgabe klar beschrieben: „Edelmetall“ holen, ob in der Einzelwertung, zu zweit oder im Team. Zahlreiche Disziplinen warteten auf Jung und Alt im Jiu Jitsu. Aber „Alt“ gibt es hier ja nicht wirklich... Der sportliche und persönliche Anreiz ist immer groß, denn hier treffen die Jiu-Jitsukas aus den Vereinen des DJJB in den zahlreichen Wettkampfkategorien auf eine starke internationale Konkurrenz. Bei den vom 21. bis zum 23. Oktober 2016 in Benidorm durchgeführten 24. Internationalen Meisterschaften der UNJJ waren auch wieder Jiu-Jitsukas des DJJB aus NRW vertreten, welche erfreulich viel Edelmetall nach NRW holen konnten (siehe Medaillenspiegel auf www.djjb.de) „Konkurrenz belebt das Geschäft...“, sagt man. Dass Konkurrenz nicht automatisch negativ konnotiert sein muss, bewiesen die angereisten Jiu-Jitsukas, die solche Aufenthalte sicherlich auch im Sinne eines verlängerten Urlaubs nutzen, auch in diesem Fall, denn neben dem Gedanken des Wettkampfs, den Lehrgangseinheiten mit internationalen Meistern und dem Programm um das Budo-Event herum konnte auch diesmal wieder der Geist des Budo dominieren. Das schließt vor allem Freundschaft, Fairness und Zusammenhalt mit ein. Doch vor dem Erfolg steht wie immer harte Arbeit. Die etwa 200 Aktiven wurden von 300 Mitreisenden – einschließlich eigener ärztlicher Versorgung – aus dem Freundes- und Familienkreis begleitet, was dem Aufenthalt auf den ersten Blick den Charakter des „Urlaubs“ mit Zeit zum Chillen und Ausruhen verleihen könnte – doch weit gefehlt: Die Mitreisenden feuerten ihre Jiu-Jitsuka an ... und nach getaner Arbeit standen sie ihnen auch beim Feiern in nichts nach. Interessant war, dass dieses Phänomen bei allen teilnehmenden Nationen auftrat.



Dieter Lösgen



Alles geben ...



Rundum gute Versorgung

Apropos Auftreten: Beim Lehrgang am Samstag konnten die Aktiven auch mit den Meistern aus den Ländern der UNJJ auf die Matte treten und hierbei mal wieder über den bekannten „Tellerrand“ blicken. Blicke großen Interesses und der Begeisterung konnten auch wieder die aus NRW angereisten Lehrer des DJJB (Dieter Lösgen, Bundes-

trainer, 10. Dan Jiu Jitsu und Josef Djakovic, 1. Vorsitzender DJJB/KID, 8. Dan Jiu Jitsu) auf sich ziehen: Sie zogen vor allem aber die Anwesenden durch ihre Techniken und ihr Auftreten in den Bann. Nach dem Lehrgang folgten die Meisterschaften in den zahlreichen Disziplinen. Hier zeigt sich, ob man genug geübt hat oder nicht. Fleiß und Anstrengung werden belohnt. Aber das ist es doch, was den Budoka wirklich weiterbringt...

Wahren „Teamgeist“ im doppelten Sinne zeigten die Teams aus Otterbach, welche sich überragend präsentierten. Und zum Glück hatte „Petrus“ auch noch ein paar richtig Sonnen- und Badetage sowie Zeit für „Party“ innerhalb und außerhalb des Hotels parat. Im Sinne des Yin und Yang folgt wohnt einem Ende immer schon der Anfang inne: Die 25. Meisterschaften der UNJJ finden voraussichtlich in Gibraltar statt. Wir bleiben am Ball. Fazit: Yin und Yang mit ausgeglichener Bilanz – Aufgabe erfüllt...

Volker Schwarz/Andreas Dolny





Dominik Löser
auf Platz eins



Freundschaft
im Gedanken
des Budo



Die Lehrer aus
Deutschland



Gibraltar lässt
grüßen



Kata Selbstkontrolle und die des Partners

Kata-Lehrgänge in Mülheim an der Ruhr

„Wer die Form nicht lernt, wird die Kunst nicht erlernen“, sagt Konfuzius. Getreu diesem Motto fanden die Lehrgänge zur 1. und 2. Kata nach der Prüfungsordnung des DJJB (Deutscher Jiu Jitsu Bund) im Dojo des Bujindo Mülheim statt. Durch die Lehrgänge führte wieder einmal das bekannte Lehrerteam Dieter Lösger (10. Dan Jiu Jitsu) und Josef Djakovic (8. Dan Jiu Jitsu). Kata bedeutet aus dem Japanischen ins Deutsche übersetzt soviel wie *Form, Stil, Haltung*, aber auch *Vorschrift, Muster, Abdruck* oder *Schablone*. Kata im Rahmen der Prüfungsordnung des DJJB bezeichnet die stilisierte Form eines Kampfes gegen einen einzelnen realen Gegner, bei dem Verteidigung, Angriff und Gegenangriff in festgelegter Abfolge und Ausführungsart geübt werden. Das Üben der Kata zwingt Tori und Uke, die immer gleiche Situation ohne Abweichung zu wiederholen. So werden bestimmte Grundprinzipien des Jiu Jitsu über einen langfristigen Prozess verinnerlicht. Wer Kata übt, trainiert zunächst die Einzeltechniken, verbindet diese zur vorgeschriebenen Form und schließlich, wenn der Ablauf der Form erlernt ist, beginnt der Feinschliff, das eigentlich Wichtige an der Kata: die Loslösung vom rein technischen Aspekt des Übens und dem Wechsel von Anspannung und Entspannung hin zu einer Verinnerlichung der Harmonie.

Die Lehrgänge waren am Samstag und Sonntag überaus gut besucht und so wurde es richtig eng auf der Matte. Aber das Üben der Kata in den Einzeltechniken unter engen räumlichen Bedingungen birgt auch Vorteile in sich: Man muss ein umso besseres Gefühl für den Raum und die Orientierung auf der Matte entwickeln, da die Kata einen festen Anfangs- und Endpunkt auf der Matte (im Raum) hat, den Tori und Uke am Ende der Kata zwingend wieder einnehmen müssen. Insbesondere beim Üben der 1. und 2. Kata ergeben sich aus den speziellen Techniken für Tori und Uke sehr lange Bewegungen, die beide zum Teil um zwei Meter vom ursprünglichen Ausgangspunkt wegführen. Dort müssen sie aber wieder hinfinden.

Wenn alle Techniken „sitzen“, dann geht es darum, die einzelnen Techniken kunstvoll miteinander zu verbinden. Das schafft die Laufschule, die sich wie ein roter Faden durch die Kata zieht, so dass Tori und Uke nicht eine beliebige, individuelle Demonstration „ihrer“ Techniken zeigen, sondern hier geht es um die im Idealfall unendlich oft wiederholbare und wiederabrufbare Kata: in der Form für alle gleich, im Ausdruck von Paar zu Paar verschieden. Kurz vor dem Schluss des Lehrgangs – also immer als Höhepunkt – zeigen Tori und Uke gemeinsam mit allen Paaren die Kata.

Kata ist eine lebendige Angelegenheit. Die Techniken werden rechts und links ausgeführt, dies ist nicht nur ein Anspruch von Kata, sondern auch eine gute Voraussetzung für die Selbstverteidigung. „Hand



Kata im Fokus



Kata Haltung

und Auge“ verbinden sich hier. Zu guter Letzt sei an dieser Stelle noch Dieter Lösgen und Josef Djakovic ein herzlicher Dank ausgesprochen. Wir alle können nur wirklich den Weg in Richtung Perfektion einschlagen, wenn wir sehr gute Lehrer haben. Ohne Lehrer an unserer Seite verlieren wir uns in der Beliebigkeit. Wie beim Yin und Yang gibt es beim Lehren und Lernen einen Fluss aus Geben und Nehmen. Beides bedingt sich. So ließ es sich Dieter Lösgen nicht nehmen, den Teilnehmern der Kata-Lehrgänge mitzuteilen, dass auch sie letztendlich Lehrer seien, wenn sie in ihren Heimatvereinen ihren Schülern die Kata nach Prüfungsordnung des DJJB näherbringen.

Andreas Dolny/Volker Schwarz





Arnold-Triestram-Gedenklehrgang

Der diesjährige Arnold-Triestram-Gedenklehrgang fand nicht wie gewohnt in Bochum, sondern in dem Dojo der Familie Triestram in Düsseldorf statt. Den 20. Todestag des Großmeisters nahmen viele zum Anlass, nicht nur besonders fleißig zu trainieren, sondern auch schöne Erinnerungen auszutauschen – bereits eine Stunde vor Lehrgangsbeginn war der Clubraum restlos mit Menschen und lauten Gesprächen gefüllt. Dann hieß es aber ab auf die Matte und schwitzen!

Mit insgesamt 48 Teilnehmern war der Lehrgang sehr gut besucht, so dass man sich wieder auf zwei Trainingshallen verteilte. Dr. Heinrich Schorn, 8. Dan, widmete seine Unterrichtszeit einem Thema, das im Jiu Jitsu eine sehr große Rolle spielt, bei vielen aber nicht die angemessene Beachtung findet: der Einsatz von Atem-Techniken, sprich Angriffe auf empfindliche Stellen des Körpers.

Der erfahrene Mediziner zeigte die Vielseitigkeit dieses Themas auf. Während der erste Abschnitt seines Unterrichts noch wie traditionelles Karate anmutete, betonte er im weiteren Verlauf, dass bei Hebeln und Transportgriffen bei korrekter Ausführung neben den Hebelgesetzen der Physik auch die Anatomie berücksichtigt werden muss. Dabei verlangte diese Einheit von den Übenden immer wieder einen schnellen Schlagabtausch, der nicht nur die Reflexe schulte, sondern ebenfalls eine Herausforderung für die Feinmotorik darstellte.



Rückblick und Vorschau

Auch in 2016 konnten viele Vereine runde Jubiläen feiern. Der Charity-Cross-Over-Lehrgang, der Budo-Lehrgang auf Schloss Veldenz sowie der Arnold-Triestram-Gedenklehrgang in Düsseldorf sind nur einige wenige Beispiele der Vielfalt der angebotenen Lehrgänge.

Auch die beiden Jugendlehrgänge an der Sportschule des Landessportbundes in Hachen/Sorpensee waren mit rund 110 Teilnehmern gut gefüllt. Zahlreiche Workshops rund um Köln mit und für Flüchtlinge und Kampfkunst-Newcomer rundeten das Sportjahr der DFJJ-Jugend ab. Nichtbehinderte und Behinderte gemeinsam „sporteln“ zu lassen war auch 2016 für uns selbstverständlich! Auch 2017 soll es wieder zwei Jugendwochenendlehrgänge INTEGRATIV geben. Nächstes Jahr sind die Wochenendlehrgänge in der Jugendherberge Panarbora geplant. Einen Workshop zum Thema Tricking wird es wieder voraussichtlich im ersten Quartal geben. Informationen folgen zeitgerecht per Buschfunk.

Mit einem großen Dank an alle Trainer und Übungsleiter, den Helfern hinter den Kulissen, den viele Betreuern bei den Jugendlehrgängen und Euch -den Mitgliedern des DFJJ NW samt Familienangehörigen- sowie dem Redaktionsteam des „budoka“ wünschen wir

Fröhliche Weihnachten und ein gutes neues Jahr!
クリスマスおめでとう。そして良い新年でありますように。
(meri- kurisumasu, soshite yoi shinnen wo)

**Andreas Kress, Geschäftsführer
Karl-Heinz Muhs, Jugendwart**

So freuten sich alle nach anderthalb Stunden auf eine kurze Pause, während der sie mit kalten Getränken sowie mit kleinen Snacks wie Obstsalat, Joghurt oder Müsliriegeln zu neuen Kräften finden konnten. Derart gestärkt ging es dann mit den beiden Söhnen des verstorbenen Großmeisters, Christian und Sebastian Triestram, weiter. Angesichts der erschreckend hohen Zahlen an bewaffneten Raubüberfällen (mit Bezug auf die Statistik 2015 des BKA) widmeten sich die Beiden der Abwehr einer Messerbedrohung. Dabei wurden verschiedene Szenarien berücksichtigt, die nicht durch das Prüfungsprogramm abgedeckt sind. Im Mittelpunkt standen einfache, schnelle Techniken, die unter dem Stress einer realistischen Situation ausführbar sind.

Im Anschluss an den Lehrgang nahmen sich alle viel Zeit und ließen den Abend gemeinsam und gut gelaunt ausklingen, während sich die erschöpften Teilnehmer mit heißem Chili Con Carne sowie kalten Getränken für den Heimweg stärkten.

Text und Fotos: Adam Kraska



Elf auf einen Streich – Die Werkers in Troisdorf

Fast 30 junge Ju-Jutsukas kamen beim TV Bergheim/Sieg aus Troisdorf zusammen, um an dem Lehrgang mit dem Thema „Hebelkombinationen im Stand und im Boden“ teilzunehmen. Das Lehrgangsthema verrät schon, dass es um viel Technik über drei Stunden ging. Damit die jungen Ju-Jutsukas die Flut an Techniken besser „verdauen“ und vor allem behalten konnten, packten die Referenten Stephan und Josef Werker alle Techniken in eine Handlungskette.

Nach einer kurzen Erwärmung mit Koordinationübungen ging es auch gleich los. Der Angriff war simpel und einfach: eine Ohrfeige. Diese wurde geblockt und der Partner/Gegner mit einem Handballenstoß zum Kopf „geloockert“. Nach einer 180-Grad-Schrittdrehung folgte ein Ellenbogenstoß und ein Fausrückenschlag. Nun ging es mit den Hebeln los. Ein Eindrehen in den Partner ermöglichte einen Armstreckhebel im Stand. Hieraus hätten sich noch viele weitere Optionen im Stand ergeben, aber es sollte nach einer kurzen Trinkpause im Boden weitergehen. Also folgte aus dem Hebel ohne Griffwechsel eine modifizierte Eckenkippe mit anschließendem Haltegriff. In der Bodenlage wurden dann aus dem Haltegriff wieder Hebel oder Hebelkombinationen erarbeitet.



So kamen die Teilnehmer auf eine Handlungskette von elf Techniken in Folge. Die Referenten zeigten auf, wie bei den einzelnen Techniken die Reaktion des Gegners genutzt werden kann, um in bestimmte Techniken zu gelangen. Auch wichtig war den Referenten, dass die Kette an Techniken als Gedankenstütze verstanden wurde und nicht als Ju-Jutsu-Ballett.

Das „Klauen“ einzelner Teilstücke der Kombination ist ausdrücklich erlaubt und erwünscht. So wurden zwischendurch auch immer wieder kürzere Eingänge in die Kette gezeigt und man startete zum Beispiel eben direkt mit der vierten Technik der Folge. Die Kinder und Jugendlichen waren bis zum Schluss trotz der einsetzenden Erschöpfung mit viel Begeisterung bei der Sache. Ein Dank an Fabian Bendlow und Johannes Stern, die bei der Vorbereitung und Durchführung des Lehrgangs geholfen haben.

NWJJV



Ju-Jutsu-Bezirkslehrgang im Bezirk Arnsberg

In der Ju-Jutsu-Abteilung des TuS 1859 Hamm fand ein Bezirkslehrgang auf Landesebene statt. 34 Teilnehmer aus acht Vereinen aus NRW und Niedersachsen folgten der Einladung des Bezirksvertreters Arnsberg und Referenten Ralf Krämer (4. Dan). Das Thema: „Messer- und Stocktechniken mit einer sinnvollen Abwehr in mehreren Varianten“.

Nach der Zweckgymnastik wurde auf mögliche Gefahren und Fehlerquellen hingewiesen. Danach stellte der Referent mehrere Möglichkeiten einer Waffenabwehr vor, wobei Ralf vor allem auf die Eigensicherung und Kontrolle des Angreifers Wert legte. Festlege- und Transporttechniken nach der Waffenabnahme waren ebenfalls Inhalt des Lehrstoffs. Nach vier Stunden hatte jeder Teilnehmer für sich ein paar Techniken erarbeitet, die hoffentlich nie eingesetzt werden müssen.

Ralf Krämer



Sinnvolle Kombinationen für die Prüfung - Wolfgang Kroel in Hilden

NRW-Lehrwart Wolfgang Kroel (8. Dan) hat in 2016 das zweite Mal den Weg zur HAT Hilden gefunden, um einen Techniklehrgang durchzuführen. Innerhalb der Thematik „Sinnvolle Kombinationen“ war der Lehrgang breit strukturiert. So wurden die Sportler bereits innerhalb des Aufwärmprogramms durch unterschiedliche „Freie Anwendungsformen“ mit ständigem Partnerwechsel auf den Lehrgang eingestimmt.

Im Anschluss wurden eine Vielzahl unterschiedlicher Kombinationen vorgestellt. Besonderes Augenmerk lag hierbei auf den grundlegenden Prinzipien innerhalb der gesamten Verteidigungshandlung. Optimale und optimierte Bewegungsformen, dynamische Abwehr- und Atemtechniken sowie technisch saubere Ausführung von Würfen und Hebeln. Hervorgehoben wurde auch das Gleichgewichtbrechen bei Würfen und Hebeln. Mit Schock- und Störtechniken wurden die einzelnen Techniken vorbereitet. Dies fehlt oftmals in den Technikausführungen, die auf Prüfungen demonstriert werden. Speziell für unsere Selbstverteidigung sind dies wichtige Elemente.

Den Angriffskatalog nutzen und eine gute Mischung aus weichen und harten Kombinationen waren dem Referenten sehr wichtig. Innerhalb der Kombinationen legte der Lehrreferent auch auf die ständige Kontrolle des Angreifers während der gesamten Abwehrhandlung großen Wert. Dies beinhaltete auch die Kontrolle bzw. das Fixieren des Angreifers in der Bodenlage.

Zum Lehrgangsende demonstrierte Wolfgang auf Wunsch der Teilnehmer unterschiedliche Gegen- und Weiterführungstechniken sowie sinnvolle Abwehrtechniken gegen Messerangriffe. Hierbei war besonders die Eigensicherheit ein wichtiger Bestandteil der Abwehrhandlung sowie Störaktionen auf Extremitäten und empfindliche Körperstellen. Wolfgang konnte mit seiner ruhigen Art und seinen deutlichen Erklärungen vielen Teilnehmern Tipps und Anregungen für ihr Prüfungsprogramm geben. Auch die Dan-Träger wurden gefordert, wie z.B. mit Stand-Boden-Techniken und vielen „Feinheiten“ bei der Ausführung der Techniken.

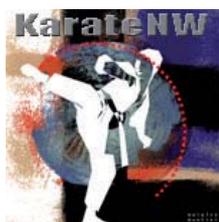
Jonny Dekorsi

Wolfgang Kroel beim TV Littfeld

Der Referent Wolfgang Kroel (8. Dan und Lehrwart NRW) zündete aus seinem reichhaltigen Angebot eine Fülle von Ju-Jutsu-Kombinationen aus den Bereichen Werfen, Hebeln, Atemi- und Bodentechniken. Besonderen legte er auf die sinnvolle Auswahl des gewählten Angriffes und die klare und technisch richtige Ausführung der geforderten Technik, nicht nur im Hinblick auf die Präsentation in einer Prüfung. Auch die ständige Kontrolle des Angreifers während der gesamten Abwehrhandlung war wichtiger Bestandteil des Lehrganges. So konnten die Teilnehmer während des Lehrganges in ihren Kombinationen an allen Details arbeiten.

NWJJV





Kids-Cup und Landesmeisterschaften der Kinder, Jugendlichen, Junioren und Senioren

Marcus Haack, Sportdirektor KarateNW, konnte dieses Jahr als Ausrichter des Kids-Cup und der Landesmeisterschaften gewonnen werden. Als internationaler Kampfrichter und ehemaliges Nationalkadermitglied stand damit ein erfahrener Dojoleiter mit seinem Verein Bushido Hagen in der Verantwortung. Bezüglich der Hallenwahl, Ausstattung der Halle, Organisation der Wettkampftische und der Versorgung der Besucher und Teilnehmer gab es nur lobende Worte.

Pünktlich um 10:00 Uhr begann der Kids-Cup auf drei Kampfflächen, welche ausschließlich von erfahrenen Bundeskampfrichtern geleitet wurden. Hier flossen Tränen der Freude, aber auch einige Tränen der Enttäuschung, wenn nicht die nächste Runde erreicht wurde.



Insgesamt zeigten die jungen Karatekas bei ihrem ersten Wettkampf durchweg gute Leistungen. Nach der Siegerehrung der Teilnehmer beim Kids-Cup begannen auch die Landesmeisterschaften der Kinder und Jugendlichen auf drei Kampfflächen. Das Niveau der gezeigten Leistungen im Kata- und Kumitebereich war auch in dieser Gruppe sehr gut. Durch die Leistungsdichte konnten die Sieger der Vorkämpfe in einigen Gruppen erst durch Stichkämpfe ermittelt werden. Im Finale steigerten sich alle Teilnehmer noch einmal, so dass es für die Zuschauer eine Freude war zuzuschauen und für die Kampfrichter war es eine Herausforderung, die mit Bravour gemeistert wurde, den Sieger zu ermitteln.

Ergebnisse Kids-Cup und Landesmeisterschaften in Hagen

Kumite Einzel

weiblich, 7-11 Jahre:

1. Sandrine Wieland, Hennef
2. Laura Klein, Avasato Gladbeck
3. Anna Schwane, Avasato Gladbeck
3. Fiona Klein, Hagen

weiblich, 8-11 Jahre, 7.-6. Kyu:

1. Phyllis Brook, Willich
2. Zora Veljkovic, Pulheim
3. Sena Yilmaz, Krefeld
3. Viktoria Rentmeister, Bad Godesberg

weiblich, 12-14 Jahre, 9.-8. Kyu:

1. Alyssa Fichtenen, Bad Godesberg
2. Caroline Hillicke, Hagen
3. Emily Schmidt, Avasato Gladbeck

weiblich, 12-14 Jahre, 7.-6. Kyu:

1. Kanokpan Liebau, Avasato Gladbeck
2. Juluka Engelkamp, Willich
3. Joana Albrecht, Avasato Gladbeck
3. Lara Yilmaz, Krefeld

weiblich, 13-17 Jahre, ab 5. Kyu:

1. Jana Müller, Avasato Gladbeck
2. Link Hoang, Avasato Gladbeck
3. Alena Schmidt, Pulheim
3. Nadja Kraume, Avasato Gladbeck

männlich, 7-11 Jahre, 9.-8. Kyu:

1. Yasin Yumak, Avasato Gladbeck
2. Silvio Plenker, Karate-Dojo Gladbeck
3. Felix Schmidt, Avasato Gladbeck
3. Florian Albrecht, Troisdorf

männlich, 8-11 Jahre, 7.-6. Kyu:

1. Rene Schneider, Kerfeld
2. Jehan Lorka, Hennef
3. Julius Dammus, Willich
3. Haakon Reidle, Troisdorf

männlich, 12-14 Jahre, 9.-8. Kyu:

1. Geri Paloka, Wesel
2. Annas Kampra, Bad Godesberg
3. Robert Loos, Avasato Gladbeck
3. Thomas Scherer, Hennef

männlich, 12-14 Jahre, 7.-6. Kyu:

1. Stefan Köhler, Bad Godesberg
2. Arthim Fornal, Hagen
3. Daniel Eidinger, Avasato Gladbeck

männlich, 13-15 Jahre:

1. Martin Müller, Avasato Gladbeck
2. Phillip Becker, Hagen
3. Mehdi Abouri, Hagen
3. Enrico Costronoso, Hagen

männlich, 16-17 Jahre, ab 3. Kyu:

1. Hussein Monsoor, Münster
2. Daniel Scheep, Siegen
3. Yauki Chodera, Coesfeld
3. Florian Heinrichs, Wattenscheid

männlich, 18-20 Jahre, ab 3. Kyu:

1. Chris Grünebeck, Avasato Gladbeck
2. Jenushan Yeyapalan, Bad Godesberg
3. Leon Hullerman, Coesfeld

männlich, ab 21 Jahre, ab 3. Kyu:

1. Till Nonnhoff, Münster
2. Daniel Gude, Wattenscheid
3. Christian Gude, Wattenscheid
3. Dennis Claase

mix, 7-14 Jahre, ab 5. Kyu:

1. Charline Jäschke, Troisdorf
2. Leyla Kiraz, Hennef
3. Rene Pape, Hennef
3. Chrstis Kalogionnape, Troisdorf

mix, 12-14 Jahre, ab 5. Kyu:

1. Phillip Becker, Hagen
2. Mehdi Abouri, Hagen
3. Maurine Pape, Hennef
3. Aleyna Schmid, Pulheim

Kata Einzel

weiblich, 7-11 Jahre, 9.-8. Kyu:

1. Sandrine Wieland, Hennef
2. Anna Schwane, Avasato Gladbeck
3. Aika Chodera, Coesfeld

weiblich, 7-11 Jahre, 7.-6. Kyu:

1. Viktoria Rentmeister, Bad Godesberg
2. Phyllis Brook, Willich
3. Sena Yilmaz, Krefeld

weiblich, 7-14 Jahre, ab 5. Kyu:

1. Leyla Kiraz, Hennef
2. Charline Jäschke, Troisdorf

weiblich, 12-14 Jahre, 9.-8. Kyu:

1. Alyssa Fichtenen, Bad Godesberg
2. Emily Schmidt, Avasato Gladbeck
3. Caroline Hillicke, Hagen

weiblich, 12-14 Jahre, 7.-6. Kyu:

1. Konokpan Liebau, Avasato Gladbeck
2. Juluka Engelkamp, Willich
3. Michelle Schmidt, Willich

weiblich, 14-17 Jahre, ab 5. Kyu:

1. Jana Müller, Avasato Gladbeck
2. Nadja Kraume, Avasato Gladbeck
3. Alena Schmidt, Pulheim

weiblich, ab 17 Jahre, ab 3. Kyu:

1. Melissa Rathmann, Wattenscheid
2. Diana Volk, Hennef
3. Buthia Tenzing, Münster

männlich, 7-11 Jahre, 9.-8. Kyu:

1. Felix Schmidt, Avasato Gladbeck
2. Yasin Yumak, Avasato Gladbeck
3. David Dyngus, Hagen

männlich, 7-11 Jahre, 7.-6. Kyu:

1. Haakan Radtke, Troisdorf
2. Mert Ergötüren, Willich
3. Julius Dommers, Willich

männlich, 7-14 Jahre, ab 5. Kyu:

1. Phillip Becker, Hagen
2. Oskar Jost, Troisdorf
3. Mika Lettmann, Karate-Dojo Gladbeck

männlich, 12-14 Jahre, 9.-8. Kyu:

1. Robert Loos, Avasato Gladbeck
2. Annas Kampra, Bad Godesberg
3. Geri Paloka, Wesel

männlich, 12-14 Jahre:

1. Arthur Bernhardt, Hagen
2. Daniel Eidinger, Avasato Gladbeck
3. Erim Elbasan, Pulheim

männlich, 15-17 Jahre, ab 5. Kyu:

1. Hussein Monsoor, Münster
2. Martin Müller, Avasato Gladbeck
3. Daniel Scheep, Siegen

männlich, 18-20 Jahre, ab 3. Kyu:

1. Klaus Kuss, Willich
2. Chris Grünebeck, Avasato Gladbeck
3. Roman Velker, Willich

männlich, ab 21 Jahre, ab 3. Kyu:

1. Sajepan, Bad Godesberg
2. Sujepan, Bad Godesberg
3. Till Nonnhoff, Münster

Kumite Team

männlich, 15-17 Jahre:

1. Wattenscheid
2. Hagen
3. Gladbeck

männlich, ab 21 Jahre, ab 3. Kyu:

1. Wattenscheid
2. Bad Godesberg
3. Hagen

Kata Team

mix, 7-11 Jahre:

1. Willich
2. Troisdorf
3. Pulheim

mix, 7-14 Jahre:

1. Avasato Gladbeck
2. Avasato Gladbeck
3. Hagen

mix, 12-14 Jahre:

1. Hagen
2. Avasato Gladbeck
3. Wesel

Die Landesmeisterschaften der Junioren und Senioren wurden auf zwei Kampfplätzen nach der Siegerehrung der Kinder und Jugendlichen durchgeführt. Durch den Einsatz von erfahrenen Kampfrichtern gab es keine Verletzungen bei den Kumitebegegnungen. Die Teilnehmer wurden noch einmal von den Zuschauern und wartenden Kindern und Jugendlichen angefeuert. Nach der letzten Kumite-Team-Entscheidung wurden die letzten Pokale von Marcus Haack an die Sieger verteilt.

Es war eine sehr gelungene Veranstaltung, da hier der Nachwuchs sieht, was man so im Karate erreichen kann. Die älteren Karatekas gaben ihre Erfahrung an den Nachwuchs weiter. Karate-Do ist wie Leben in einer großen Familie.

Text: Stefan Larisch
Fotos: Alexander Raitz von Frentz



Stützpunkttraining West in Wattenscheid

In Wattenscheid trafen sich in der Sport- und Turnhalle der Pestalozzi-Realschule ca. 40 Karatekas aus Nordrhein-Westfalen zum Stützpunkttraining West zum letzten Vorbereitungstraining für den JKA-Cup 2016 in Bottrop. Das Training wurde wieder von Klaus Lammers-Wiegand (Stützpunktleiter) und Marcus Haack (Stützpunkttrainer) geleitet. Der Schwerpunkt in der ersten Einheit lag auf einer korrekten Ausführung der Katatechniken und den richtigen Rhythmus. Starke Techniken lassen sich nur mit einem festen Stand realisieren.



In der zweiten Trainingseinheit wurden einzelne Techniken und Kombinationen für den freien Kampf trainiert. Auch hier wurde auf einen festen Stand geachtet, damit starke bewertbare Techniken ausgeführt werden können. Ein lockeres Abschlussrandori beendete die Stützpunktmaßnahme West.





Weltmeisterschaften in Italien

Zahlreiche Platzierungen in verschiedenen Disziplinen für die Sportler des NWTV bei den Weltmeisterschaften in Carrara (Italien)



Mit neun aktiven Teilnehmern, begleitet durch Eltern und Schlachtenbummler, beteiligte sich der NWTV wie schon vor zwei Jahren erfolgreich an den Taekwon-Do- und Kick-Box-Weltmeisterschaften in Carrara (Italien). Die Mannschaft erreichte insgesamt 20 Titel vom ersten bis zum dritten Platz in den verschiedensten Disziplinen wie Tul, Semi- und Leichtkontakt sowie einer neuen Form, bei der drei Runden in drei verschiedenen Stilen gegen den gleichen Gegner gekämpft wird.

Nicht nur sportlich war diese Reise ein Erfolg, sondern auch die Völkerverständigung und das Sightseeing machten die Teilnahme an den Weltmeisterschaften zu einem schönen Erlebnis. Den üblichen Stress





bei einer solchen Großveranstaltung mit mehreren tausend Teilnehmern konnten die Organisatoren des NWTV dieses Jahr etwas abfedern. Der NWTV erhielt die Gelegenheit, einen eigenen Pavillon mit Verbandsbannern und Infomaterial aufzustellen, der gleichzeitig als Treffpunkt und Rückzugsraum für die deutschen Sportler genutzt werden konnte.

Wenn sich alle Beteiligten erst mal von den Anstrengungen erholt haben, wird man sicher für das nächste Jahr wieder eine internationale Beteiligung für den NWTV planen.

Wilfried Peters





Internationale Deutsche Meisterschaften der ITF-Germany

16 Vereine aus ganz Deutschland beteiligten sich an den diesjährigen Internationalen Deutschen Meisterschaften, die die ITF-Germany in Zusammenarbeit mit dem NWTU in Herne durchführte. Eine deutliche Steigerung im Vergleich zum Vorjahr. Ca. 150 Sportler nahmen in etwa 250 Disziplinen wie Tul, Semi- und Leichtkontakt-Kampf teil.

Auf zunächst zwei, dann drei Kampfflächen bewältigten die Verantwortlichen die große Starterzahl letztlich in einer akzeptablen Zeit. Nachdem es im Vorfeld einige Unruhe gegeben hatte, weil ein Verein nicht zugelassen worden war, liefen die Wettkämpfe fair und diszipliniert ab. Die Zusammenarbeit der beiden Verbände funktionierte und durch Mithilfe auch der höchsten Dan-Träger als Kampfrichter konnten alle Wettbewerbe zügig durchgeführt werden.

Für das nächste Jahr erhoffen sich die Veranstalter noch mehr Vereine aus dem Ausland. In diesem Jahr waren Holland und die Schweiz vertreten.

Wilfried Peters





Sparringstreff mit Giovanni Sgrilletti

In Unna fand beim TC Se-Jong in Kooperation mit dem Nordrhein-Westfälischen Taekwon-Do Verband (NWTV) ein Sparringstreff mit Giovanni Sgrilletti (4. Dan Taekwon Do, 7. Dan Kickboxen, 28 WM-Titel und Sieger der US-Open 2015 im Semi- und Leichtkontakt) aus Gevelsberg statt. Fast 40 Sportler aus unterschiedlichen Vereinen folgten der Einladung nach Unna und erlebten einen Lehrgang der besonderen Art.

Giovanni Sgrilletti gab zunächst einen Einblick in das kampfssportspezifische Aufwärmen, wobei sich die Übungen stark an den Bewe-



gungsmustern orientieren, die hinterher beim Kämpfen auch gefragt sind. Danach folgten Einzel- und Partnerübungen als Vorbereitung auf das anschließende Kampftraining.

Nach einer kleinen Pause ging es an das Sparring. Hier galt „Jeder gegen Jeden“ und Giovanni gab den Teilnehmern direkt ein Feedback über ihr Verhalten im Kampf beim Semi- und Leichtkontakt. Alles in allem ein gelungener Lehrgang, der allen Teilnehmern neue Impulse für ihr Training gab und begeistert aufgenommen wurde. Auf der Facebook-Seite des TC Se-Jong gibt es ein kleines Video vom Lehrgang.

Marcus Müller

GRUPPE

Westdeutsche Einzelmeisterschaften der Frauen U 21 und Männer U 21

Ausrichter: Lüner SV Judo.
Ort: Turnhalle der Käthe-Kollwitz-Gesamtschule, Dammwiese 10, 44532 Lünen.
Termin: Samstag, 12. Februar 2017.
Zeitplan: 9:00 - 9:30 Uhr Waage Männer U 21 -55, -60, -66, -73 kg. 11:00 - 11:30 Uhr Waage Männer U 21 -81, -90, -100, +100 kg. 13:00 - 13:30 Uhr Waage Frauen U 21.

Matten: 3.
Hinweis: Für die Teilnahme an den Westdeutschen Meisterschaften ist eine gültige Wettkampflizenz des Deutschen Judobundes erforderlich.

Meldungen: durch die Bezirksjugendleitung an Verbandsjugendleiter Jörg Bräutigam, Bielefelder Str. 125, 44625 Herne, Tel.: 0 23 25 / 4 83 97, Fax: 0 23 25 / 94 00 17, mobil: 01 71 / 4 95 30 65, E-Mail: joerg.braeutigam@nwjv.de
Meldegeld: 15,00 € pro Teilnehmer/in, werden bei den Nordrhein- und Westfalen-Einzelmeisterschaften eingesammelt und auf das Konto des NWJV, IBAN: DE66350603863323400109, BIC: GENODED1VRR, überwiesen. Gesetzte zur WdEM zahlen das Meldegeld in bar am Veranstaltungstag.

Meldeschluss: 30.1.2017.
Ansprechpartner des Ausrichters: Lüner SV Judo e.V. Jörg Schönfeld, Bebelstr. 78 b, 44532 Lünen, Tel.: 0 23 06 / 1 45 09, mobil: 01 51 / 41 93 13 60, E-Mail: Joerg.schoenfeld@luenersv-judo.de

Wegbeschreibung: Westen: A 2 Abfahrt Dortmund-Nordost, auf B 236 nach Südosten starten 1,2 km, Ausfahrt Richtung DO-Zentrum/DO-Eving/DO-Derne 0,4 km, links auf Walther-Kohlmann-Straße 1,4 km, links auf Altenderner Straße 0,3 km, weiter auf Gahmener Straße 1,6 km, rechts auf Bahnstraße 0,6 km, rechts auf Dammwiese. Das Ziel befindet sich auf der rechten Seite. 0,2 km Dammwiese 10, 44532 Lünen. Süden: 236 Abfahrt Derne auf Walther-Kohlmann-Straße nach Nordosten starten 1,3 km, links auf Altenderner Straße 0,3 km, weiter auf Gahmener Straße 1,6 km, rechts auf Bahnstraße 0,6 km, rechts auf Dammwiese. Das Ziel befindet sich auf der rechten Seite. 0,2 km Dammwiese 10, 44532 Lünen.

Norden: Auf Borker Straße/B 236 nach Südosten Richtung Bergkampstraße/Im Geistwinkel starten, weiter auf B 236 3,3 km (ca. 6 Minuten) geradeaus auf Kurt-Schumacher-Straße 0,6 km, weiter auf Gahmener Straße 1,5 km, links auf Bahnstraße 0,6 km, rechts auf Dammwiese. Das Ziel befindet sich auf der rechten Seite 0,2 km. Osten: Auf Kamener Straße/B 61 nach Südwesten starten 1,6 km, links auf Kurt-Schumacher-Straße 0,7 km, weiter auf Gahmener Straße 1,5 km, links auf Bahnstraße 0,6 km, rechts auf Dammwiese. Das Ziel befindet sich auf der rechten Seite 0,2 km.

Eintrittspreise: Erwachsene 4,00 €, Jugendliche 6-17 Jahre 3,00 €, Kinder bis 5 Jahre frei Familien (2 Erwachsene + 1-2 Jugendliche) 10,00 €.

LAND

Westfaleneinzeltourier für Hobbykämpfer/innen (nur Kyu-Grade)

Ausrichter: PSV Bochum.
Tag: Samstag, 28. Januar 2017.
Ort: Sportzentrum Harpener Heide 5, 44805 Bochum.
Zeit: Waage 16:30 - 17:00 Uhr.
Starberechtigt: Frauen und Männer ab Jahrgang 2000, Kyu-Grade ohne bzw. mit wenig Kampferfahrung.

Gewichtsklassen: werden nach dem tatsächlichen Gewicht eingeteilt.

Mattenzahl: 1-2.
Meldung: an Jürgen Wagner, E-Mail: PSVBOJudo@arcor.de. Die Meldung muss unbedingt folgende Angaben enthalten: Name, Vorname, Verein, Jahrgang, Gewichtsklasse (circa) und Kyu-Grad.

Meldegeld: 10,00 € je Teilnehmer/in, ist bis zum Meldeschluss auf das Konto des PSV Bochum, PAX Bank, IBAN: DE04370601932008396011, BIC: GENODED1PAX, Stichwort: WET Senioren 2017, zu überweisen. Die Meldung verpflichtet zur Zahlung des Meldegeldes. Bei Nachmeldungen und verspätet eingehenden Meldungen ist doppeltes Meldegeld an der Waage bar zu zahlen. Eine Scheckzahlung ist nicht möglich.

Meldeschluss: 23.1.2017 (Eingang).
Wegbeschreibung: A 43 Abfahrt Bochum-Harpen/Gerthe (17), Richtung Bochum-Zentrum, direkt nach der Firma Bauhaus rechts, abknickender Vorfahrtstraße nach rechts folgen, nach ca. 50 m links in Harpener Heide, am Ende links zum Sportzentrum;

A 40 Abfahrt Bochum-Harpen (37), aus Richtung Dortmund kommend links und die nächste sofort rechts in das Gewerbegebiet Harpener Feld, aus Richtung Essen kommend zweimal links, die nächste rechts in das Gewerbegebiet Harpener Feld, nach der Unterführung direkt links und sofort wieder rechts, nach ca. 200 m Zufahrt zur Halle.

BEZIRKE

Detmold

Kampfrichter-Lizenzverlängerungslehrgang

Datum: Sonntag, 12. Februar 2017.
Ort: Alte Turnhalle Vogelruthschule, Vogelruth, 33647 Bielefeld-Brackwede.

Zeit: Anfang 9:00 Uhr.
Referenten: Michael Janke, stellv. BezKRR, Ben Vergunst, BezKRR.

Mitbringen: Kampfrichterregelwerk, Judogi, Schreibzeug, Kampfrichterpass und gültiger Judopass.

Teilnehmer: Jugend-, Kreis- und Bezirkskampfrichter des Bezirks Detmold. Bundes- und Landeskampfrichter sind natürlich herzlich eingeladen.

Sonstiges: Mittagessen.

Bitte beachten: Da es wie immer Änderungen

geben wird, bitten wir um rege Teilnahme.
Wegbeschreibung: A 2 Abfahrt Bielefeld-Süd (Sennestadt), links Richtung Bielefeld-Brackwede, Brackweder Straße ca. 4,5 km folgen, rechts auf den Stadtring, Stadtring ca. 1,2 km folgen (Fußgängerbrücke), ca. 200 m hinter der Fußgängerbrücke in die erste Straße rechts „Vogelruth“, nach 10 m ist links der Parkplatz. Die Halle liegt direkt daneben.

Münster

Bezirkseinzelnmeisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 15, Frauen U 18 und Männer U 18

Ausrichter: Judogemeinschaft Münster.
Datum: Samstag, 4. Februar 2017.
Ort: Dreifachhalle Münster-Hiltrup, Bodelschwinghstraße/Ecke Moränenstraße, 48165 Münster.

Zeitplan: 10:00 - 10:45 Uhr Waage Frauen U 18 und Männer U 18. 14:00 - 14:45 Uhr Waage Jugend U 15 männlich und weiblich.

Mattenzahl: 2-3.
Meldung: an Thomas Schwemmer, E-Mail: SchwemmerT@aol.com
Meldegeld: 7,50 € je Kämpfer/in. Das Meldegeld wird durch die Kreisjugendleitungen bei der KEM eingesammelt. Keine Schecks. Gesetzte Starter/-innen bezahlen das Meldegeld am Veranstaltungstag direkt beim Ausrichter. Alle Qualifizierten müssen das Meldegeld (10,00 €) am Tag der BEM für die WdEM zahlen.

Meldeschluss: 30.1.2017.
Anreise: A 43 Abfahrt Münster-Süd, Umgehungsstraße Richtung Preußen-Stadion (Hammer Straße), diese Straße weiter Richtung Hiltrup, hinter dem Krankenhaus die zweite Straße links ab (Hummelbrink), über die Hohe Geest hinweg auf die Hülsebrockstraße, zweite rechts ab (Moränenstraße), die Halle befindet sich Ecke Bodelschwinghstraße.
Eintritt: Erwachsene ab 18 Jahren 2,00 €, Kinder/Jugendliche 6-17 Jahren 1,00 €.

KREISE

Aachen

Kreiseinzelnmeisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 15, Frauen U 18 und Männer U 18 und

Kreiseinzeltourier der männlichen und weiblichen Jugend U 12

Ausrichter: JJJC Samurai Setterich e.V. 1970.
Ort: Mehrfachsporthalle „Grengrachtschule“, Grengracht Ecke Mariastraße, 52499 Baesweiler.

Datum: Samstag, 21. Januar 2017.
Zeitplan: 9:00 - 9:30 Uhr Waage Jugend U 15 männlich und Männer U 18. 11:00 - 11:30 Uhr Waage Jugend U 15 weiblich und Frauen U 18.

12:30 - 13:00 Uhr Waage Jugend U 12 männlich und weiblich.

Matten: 3 Matten 7 x 7 m.

Modus U 12: Jeder gegen jeden (4er Pools).

Meldungen: nur per E-Melder an turniermeldung@gmx.de. Bitte alle Angaben im E-Melder ausfüllen (Name, Vorname, Verein, Jahrgang, Gewichtsklasse und Kyu-Grad).

Meldegeld: 6,00 € je Teilnehmer/in, die auf das Konto Samurai Setterich, VR Bank Würselen e.G., BIC: GENODED1WUR, IBAN: DE81391629805300893017 bis Meldeschluss zu überweisen sind. Nachmeldung doppeltes Meldegeld. Meldung verpflichtet zur Zahlung des Meldegeldes. Bitte Beleg mitbringen.

Meldeschluss: 16.1.2017.

Ansprechpartner des Ausrichters: Ludwig Müller, Willibrordstr. 25, 52499 Baesweiler, Tel.: 0 24 01 / 5 36 42, E-Mail: ludwig--mueller@t-online.de

Anfahrt: aus Richtung Aachen die B 57 bis Baesweiler, am ersten Kreisverkehr diesen nach links auf die Mariastraße verlassen, dann weiterfahren bis zur Einmündung Grengracht. Hier befindet sich links auf der Ecke die Halle; aus Richtung A 44, Abfahrt Alsdorf/Baesweiler, an der Ampel nach links in Richtung Alsdorf/Baesweiler, die Straße bis zum ersten Kreisverkehr durchfahren, diesen an der ersten Abfahrt nach rechts in Richtung Baesweiler verlassen, weiter siehe oben.

Bonn

Kreiseinzelmeisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 15, Frauen U 18 und Männer U 18

Ausrichter: TV Eiche Bad Honnef.

Datum: Samstag, 21. Januar 2017.

Ort: Turnhalle des Siebengebirgen Gymnasiums, Im Krahfuss, 53604 Bad Honnef.

Zeitplan: 8:30 - 9:00 Uhr Waage Jugend U 15 männlich. 10:00 - 10:30 Uhr Waage Jugend U 15 weiblich. 11:00 - 11:30 Uhr Waage Männer U 18. 11:30 - 12:00 Uhr Waage Frauen U 18.

Matten: 3.

Meldung: per E-Melder an Kai-Uwe Windeck, E-Mail: kai-uwe_windeck@web.de

Meldegeld: 6,00 € pro Teilnehmer/in, zu überweisen auf das Konto des TV Eiche Judo, SSK Bad Honnef, IBAN: DE26380512900000136788, BIC: WELADED1HON, Stichwort: KEM U 15/ U 18 und Vereinsname.

Meldeschluss: 16.01.2017 (Eingang). Nachmeldungen doppeltes Meldegeld.

Anreise (Parkplatz): B 42 Richtung Bad Honnef, Abfahrt Bad Honnef Ortsteil Rhöndorf, nach ca. 2 km links hoch Bismarckstraße, dritte links Rommersdorferstr. 78 Parkplatz, auf dem Schulhof des Siebengebirgsgymnasiums (Hinweisschilder Judo beachten). Achtung! Falschparker im Wohngebiet werden abgeschleppt.

Eintritt: frei.

Köln

Kreiseinzelmeisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 15, Frauen U 18 und Männer U 18

Ausrichter: SG Köln-Worringen.

Datum: Sonntag, 22. Januar 2017.

Ort: Sportzentrum der SG Köln-Worringen, Erdweg 1a, 50769 Köln.

Zeitplan: 9:00 - 9:30 Uhr Waage Jugend U 15 männlich. 11:30 - 12:00 Uhr Waage Jugend U 15 weiblich. 11:30 - 12:00 Uhr Waage Männer U 18. 11:30 - 12:00 Uhr Waage Frauen U 18.

Matten: 3.

Meldung: per E-Melder an Claudia Hettinger, E-Mail: Claudia.Hettinger@t-online.de

Meldegeld: 6,00 € pro Teilnehmer/in, bar vor der Waage. Nachmeldungen doppeltes Meldegeld.

Meldeschluss: 16.1.2017.

Ansprechpartnerin des Ausrichters: Claudia Hettinger, mobil: 01 70 / 2 01 93 25.

Anreise: A 57 Abfahrt Köln-Worringen, Richtung Worringen, zweimal geradeaus durch den Kreisverkehr, dann erste Straße rechts in den Erdweg Sportzentrum.

Eintritt: Erwachsene 2,00 €, Kinder frei.

Paderborn

Kreiseinzelmeisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 15, Frauen U 18 und Männer U 18

Ausrichter: TV Jahn Bad Lippspringe e.V.

Datum: Sonntag, 22. Januar 2017.

Ort: Neue Sporthalle der Concordiaschule, Triftstr. 5, 33175 Bad Lippspringe.

Zeitplan: 9:00 - 9:30 Uhr Waage Frauen U 18 und Männer U 18. 10:30 - 11:00 Uhr Waage Jugend U 15 männlich und weiblich.

Matten: 1 Matte 6 x 6 m.

Meldungen: per E-Melder an judokreis@b@hotmail.de. Nachmeldung bis 15 Minuten nach dem jeweiligen Waagebeginn möglich. Bei Nachmeldung doppeltes Meldegeld, zu zahlen vor der Waage in bar.

Meldegeld: 6,00 € je Teilnehmer bis Meldeschluss auf das Konto: Judoabteilung TV Jahn Bad Lippspringe e.V., IBAN: DE50472601219203340700, BIC: DGPBDE3MXXX. Auf dem Überweisungsträger bitte in der ersten Zeile nur den Namen des Vereins und in der nächsten Zeile die Teilnehmerzahl vermerken.

Meldeschluss: 16.1.2017.

Hinweis: Die vier Erstplatzierten je Gewichtsklasse in der U 15 und der U 18 qualifizieren sich zur Bezirksmeisterschaft. Das Meldegeld für die BEM ist direkt bei der KEM bei der Jugendleitung zu zahlen.

Südwestfalen

Kreiseinzelmeisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 15, Frauen U 18 und Männer U 18 und

Kreiseinzelturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 10

Veranstalter: Kreis Südwestfalen.

Ausrichter: Judo-Club Halver e.V.

Ort: Halle des Anne-Frank-Gymnasiums Halver, Kantstraße, 58553 Halver.

Datum: Samstag, 21. Januar 2017.

Zeitplan: 10:00 - 10:30 Uhr Waage Jugend U 10 männlich und weiblich. ca. 10:45 Uhr Kampfbeginn. 12:00 - 12:30 Uhr Waage Jugend U 15 männlich und weiblich, Frauen U 18 und Männer U 18.

Matten: zwei.

Meldungen: an Andrea Haarmann, E-Mail: sirmolly@t-online.de (E-Melder) und Sabine Blätgen, Am Hang 6, 58553 Halver, Tel.:

0 23 53 / 33 63, E-Mail: sabine.blaetgen@judo-club-halver.de

Meldegeld: 6,00 €, zu zahlen auf das Vereinskonto des JC Halver e.V., IBAN:

DE28447615347857245500, BIC: GENODEM1NRD. Bei Nachmeldungen ist doppeltes Meldegeld fällig.

Meldeschluss: 16.1.2017.

Warendorf/Münster

Kreiseinzelmeisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 15, Frauen U 18 und Männer U 18 und

Kreiseinzelturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 10 und U 13

Ausrichter: TSC Münster-Gievenbeck.

Ort: Turnhalle 2 der Michaelgrundschule, Appelbreistiege 40, 48149 Münster-Gievenbeck.

Datum: Sonntag, 22. Januar 2017.

Zeitplan: 9:00 - 9:30 Uhr Waage Männer U 18. 9:30 - 9:45 Uhr Waage Frauen U 18. 10:30 - 11:00 Uhr Waage Jugend U 15 männlich. 11:00 - 11:15 Uhr Waage Jugend U 15 weiblich. 12:00 - 12:30 Uhr Waage Jugend U 10 männlich. 12:30 - 12:45 Uhr Waage Jugend U 10 weiblich. 13:00 - 13:30 Uhr Waage Jugend U 13 männlich. 13:30 - 13:45 Uhr Waage Jugend U 13 weiblich.

Mattenzahl: 2.

Startberechtigt: Der Jahrgang 2005 muss sich entscheiden, ob er in der U 13 oder U 15 startet.

Meldung: bis 15.1.2017 vereinsweise an Thomas Schwemmer, E-Mail: SchwemmerT@aol.com unter Angabe von Name, Vorname,

Jahrgang/Altersklasse, Kyu-Grad, Gewichtsklasse (bevorzugt per E-Melder).

Meldegeld: 7,00 € pro Teilnehmer U 10/U 13; 6,00 € pro Teilnehmer U 15/U 18; zahlbar am

Turniertag, keine Schecks. Bei Nachmeldungen oder verspätet eingehenden Meldungen ist das zweifache Meldegeld zu zahlen.

Wegbeschreibung: www.judo-muenster.de/ trainingsort (bitte unbedingt beachten)

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.

Wuppertal

Kreiseinzelmeisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 15, Frauen U 18 und Männer U 18 und

Kreiseinzelturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 9 und U 12

Ausrichter: Judo-Club Hilden 1951 e.V.

Datum: Samstag, 21. Januar 2017.

Ort: Sporthalle Weidenweg, 40723 Hilden.

Zeitplan: 9:00 - 9:30 Uhr Waage Jugend U 15 männlich und Männer U 18. 10:30 - 11:00 Uhr

Waage Jugend U 12 männlich und weiblich.

12:00 - 12:30 Uhr Waage Jugend U 9 männlich und weiblich, Jugend U 15 weiblich und Frauen U 18.

Wettkampfmodus: Doppeltes Ko-System, je nach Anzahl der Anmeldungen wird der Modus eventuell geändert.

Mattenzahl: zwei.

Meldungen: an Patrick Schweitzer, E-Mail: patrick_schweitzer@freenet.de, mobil: 01 74 / 1 70 19 00. Bitte den E-Melder nutzen.

Meldegeld: 6,00 € für die U 15 und U 18; 7,00 € für die U 9 und U 12; zahlbar an der Waage.

Nachmeldungen und verspätet eingehende Meldungen kosten doppeltes Meldegeld.

Meldeschluss: 16.1.2017.

Anreise: siehe unter www.jc-hilden.de unter „Trainingszeiten/Ort“.

QUALIFIZIERUNG

Lehrerfortbildung im Vorfeld des Judo-Grand-Prix - LG 50/17

Datum: Montag, 20. Februar 2017.

Ort: Turnhalle Suibertusstraße, Düsseldorf.

Zeit: 13:00 - 17:00 Uhr.

Inhalte: Umsetzung des obligatorischen Inhaltsbereichs „Ringens und Kämpfen - Zweikampfsport“ (IB 9) der Richtlinien und Lehrpläne Sport mit Inhalten der olympischen Sportart Judo unter besonderer Berücksichtigung leiterpädagogischer Perspektiven, Sicherheitsaspekten und Hinweisen zur Inklusion.

Umfang: 5 Lerneinheiten.

Referenten: Jennifer Goldschmidt, Stefanie Gößling, Volker Gößling und Jessica Katstein.

Zielgruppen: Am Thema interessierte Judokas, Trainer C-Lizenzinhaber, die ihre Lizenz verlängern lassen möchten.

Kosten: keine.

Anmeldung: mit dem Anmeldeschein für Lehrgänge bis spätestens 10.2.2017 an den NWJV, Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015

Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24.

Trainer C-Verlängerung Leistungs-/Breitensport - LG 02/17

Datum: Samstag, 4. Februar 2017

Ort: Turnhalle Suibertusstraße, Düsseldorf.

Zeit: 10:00 - 16:30 Uhr.

Inhalte: Methodische Überlegungen/Hilfen in der Vermittlung von Judotechniken (Stand und Boden), vom Neulernen einer Technik bis zur variablen Verfügbarkeit - Darstellung und praktische Erprobung anhand ausgewählter Beispiele (Stand und Boden), Randoriformen.

Umfang: 7,5 Lerneinheiten.

Referenten: Daniel Schorlemmer und Oliver Zabel.

Zielgruppen: Trainer C-Lizenzinhaber, die ihre Lizenz verlängern lassen möchten; am Thema interessierte Judokas mit ausreichend Vorkenntnissen (3. Kyu).

Kosten: 25,00 €

Verpflegung: Mittagssimbiss.

Anmeldung: mit dem Anmeldeschein für Lehrgänge bis spätestens 30.1.2017 an den NWJV, Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015

Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24.

Trainerassistentenausbildung A - LG 25/17

Ort: Sportschule Hennef, Sövenner Str. 60, 53773 Hennef.

Termin: 10. bis 13. April 2017.

Zeit: 9:30 - 11:30 Uhr.

Inhalte: Vermittlung helfender Tätigkeiten für den Einsatz im Training (Hilfstrainer): sportartübergreifende und judospezifische Grundlagen: u. a. Didaktik und Methodik, Prinzipien Stand- und Bodentechniken sowie Judo-Praxis.

Umfang: 30 Lerneinheiten.

Referenten: Yamina Bouchibane, Franz Paris und Roman Paris.

Zielgruppen: Trainerassistenten-Anwärter.

Kosten: 140,00 €

Unterkunft/Verpflegung: in der Sportschule Hennef.

Anmeldung: mit dem Anmeldeschein für Lehrgänge bis spätestens 8.3.2017 an den NWJV, Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24.

Trainer C-Kompaktausbildung A - LG 31/17

Ort: Sportschule Hennef, Sövenner Str. 60, 53773 Hennef.

Termin: 23. bis 30. Juli 2017.

Zeit: Beginn 23.07.2017, 9:30 Uhr. Ende 30.07.2017, 17:00 Uhr.

Inhalte: Vermittlung sportartübergreifender und judospezifischer Inhalte in der Trainerausbildung: u. a. Planung, Gestaltung und Durchführung von Unterricht, Grundlagen von Training und Leistung, Entwicklungsphysiologie, biome-

IHR ZUVERLÄSSIGER PARTNER IN SACHEN

BUDO



SCHNELL – FLEXIBEL – KOMPETENT.



PHOENIX

BUDOSPORT



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

chanische Grundprinzipien und pädagogische Grundlagen sowie Judo-Praxis.

Umfang: 90 Lerneinheiten.

Referenten: Andreas Kleegräfe, Frank-Michael Günther und Ralf-Henning Schäfer.

Zielgruppe: Judokas, die sich zum Trainer C Breitensport ausbilden lassen möchten.

Kosten: 400,00 €

Unterkunft/Verpflegung: in der Sportschule Hennef.

Anmeldung: mit dem Anmeldeschein für Lehrgänge bis spätestens 21.6.2017 an den NWJV, Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24.

G-JUDO

Offene Landesmannschaftsmeisterschaften im G-Judo als „Einzeltturnier“ / Damen - Herren - Jugend

Veranstalter: Behinderten und Rehabilitationssportverband Nordrhein-Westfalen in Kooperation mit dem Nordrhein-Westfälischen Judo-Verband.

Ausrichter: DJK Dülmen.

Ort: Turnhalle des Anna-Katharinen-Stiftes

Karthaus, Weddern 14, 48249 Dülmen.

Datum: Samstag, 12. März 2016.

Zeitplan: 10:00 Uhr Eintreffen. 11:00 Uhr Beginn der Kämpfe. 15:00 Uhr Siegerehrung.

Teilnehmer: Geistigbehinderte Judokas (Kriterien des DBS) mit sportärztlichem Gesundheitszeugnis (12 Monate) und Mindestgraduierung (Weißgelbgurt).

Modus: Die Offenen Landesmannschaftsmeisterschaften für Geistigbehinderte werden als Einzeltturnier in drei Wettkampfklassen ausgetragen. Für jeden Sieg erhält die Mannschaft einen Punkt. Die Mannschaft mit den meisten „Siegen“ (Punkten) wird Landesmeister. Getrennte Wertungen für weibliche und männliche Judokas.

Startmöglichkeiten in drei Wettkampfklassen: Klasse I: Judokas, die aufgrund ihrer Behinderung auch mit nicht behinderten Judokas

Anmeldeschein für Lehrgang Nr. _____ / 2017

Name: Vorname:

Straße: PLZ/Wohnort:

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

Mobil: Geburtsdatum:

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

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

Datum / Unterschrift (bei Minderjährigen der/s Erziehungsberechtigten) Stempel und Unterschrift des Vereins

Lehrgangsanmeldungen ohne Vereinsstempel können nicht angenommen werden!

Die Teilnehmergebühr zu oben angegebenem Lehrgang bezahle/n ich/wir per Bankeinzug und erteile/n folgendes **SEPA-Lastschriftmandat**. Die Mandatsreferenz-Nr. und der Fälligkeitstermin werden Ihnen rechtzeitig vor dem Einzug mit der Lehrgangsbestätigung mitgeteilt.

Ich/wir ermächtige/n den Nordrhein-Westfälischen Judo-Verband e.V. (NWJV), Friedrich-Alfred-Str. 25, 47055 Duisburg (Gläubiger-Identifikationsnummer: DE62ZZZ00000346016) Zahlungen von meinem/unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weisen ich/wir mein/unser Kreditinstitut an, die vom NWJV 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 die mit meinem/unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kontoinhaber:

Anschrift des Kontoinhabers:

IBAN:

BIC:

Geldinstitut:

Datum Rechtsverbindliche Unterschrift des Kontoinhabers

trainieren und Judo-Techniken gut umsetzen können. Diese Judokas können 80 bis 100 % der im Judo-Skill-Test beschriebenen Techniken ausführen. Das Verständnis der Sportart Judo und das Ziel des Wettbewerbes ist diesen Athleten einsichtig. Klasse II: Judokas, die aufgrund ihrer Behinderung Judo-Techniken eingeschränkt umsetzen können und in Behindertengruppen trainieren. Diese Judokas können 50 bis 80 % der im Judo-Skill-Test beschriebenen Techniken ausführen. Das Verständnis der Sportart Judo und das Ziel des Wettbewerbes ist diesen Athleten im Grundsatz bekannt. Auf Wunsch eines Kämpfers Bodenkampf, der Kämpfer muss jedoch das gesamte Turnier in der Bodenlage kämpfen (bitte bei der Meldung angeben!). Der Partner darf den nächsten Kampf wieder im Stand beginnen. Klasse III: Judokas, die aufgrund ihrer Behinderung Judo mehr als Spielform ausüben. Diese Judokas können weniger als 50 % der im Judo-Skill-Test beschriebenen Techniken ausführen. Das Verständnis der Sportart Judo und das Ziel des Wettbewerbes ist diesen Athleten in der Regel nur eingeschränkt verständlich.

Wichtig: Verbot aller Hebel- und Würgetechniken, Verbot aller Selbstfalltechniken in der Wettkampfklasse 2, außer Tani-Otoshi. Verbot aller Selbstfalltechniken in der Wettkampfklasse 3.

Kampfrichter: werden vom Landeskampfrichterreferenten des NWJV eingesetzt.

Mattenzahl: zwei.

Medizinische Leitung: Abteilungsarzt Judo/BRSNW.

Sportliche Leitung: Behindertenbeauftragter.

Meldegeld: 3,00 € pro Judoka (zu bezahlen bei der Wettkampfleitung).

Meldeschluss: 1.3.2016.

Meldungen: an Dr. Wolfgang Janko, mobil: 01 72 / 8 65 89 46, E-Mail: Wolfgang.Janko@t-online.de

Schutzbestimmungen: 1. Mit Abgabe der Meldung gewährleisten die Vereine und Startgemeinschaften die Wettkampffähigkeit der gemeldeten Teilnehmer/innen. 2. Alle gemeldeten Teilnehmer/innen müssen im Besitz eines gültigen Sportgesundheits- und Startpasses sein. 3. Die Sportgesundheitspässe sind vor Veranstaltungsbeginn vereinsweise im Wettkampfbüro zwecks Überprüfung abzugeben. Das letzte ärztliche Untersuchungsdatum im Sportgesundheitspass darf nicht länger als 12 Monate (vom letzten Tag der jeweiligen Veranstaltung gerechnet) zurückliegen. Für Teilnehmer/innen, die diese Bedingungen nicht erfüllen, besteht kein Startrecht.

Doping: Doping ist nach den Bestimmungen des DBS nicht erlaubt. Gültigkeit hat die Antidopingordnung des DBS und die Antidopingbestimmungen des betreffenden internationalen Behindertensportverbandes. Mit der Abgabe der Meldung zur Veranstaltung erkennt der Sportler bzw. die Sportlerin die Antidopingordnung des DBS an.

Haftung: Der BRSNW und seine Organe haften für Schäden nur in den Grenzen und im Umfang des zur Verfügung stehenden Haftpflicht-Versicherungsschutzes. Die Haftung für darüber hinausgehende Schäden wird ausdrücklich ausgeschlossen. Der abgeschlossene Versicherungsvertrag kann jederzeit bei der DBS-Geschäftsstelle eingesehen werden. Ansprüche aus den Sportunfall-Versicherungsverträgen der Landessportbünde/des DBS werden von dieser Haftungsbegrenzung nicht berührt.

Wegbeschreibung zur Wettkampfstätte: BAB 43 Abfahrt Dülmen Nord (Nr. 5) Richtung Dülmen - Olfen, Ausfahrt Dülmen-Buldern (B 474), nach 1,2 km im Kreisverkehr die 3. Ausfahrt rechts (L 551) Richtung Appelhülsen-Buldern, nach 3,3 km links Richtung Nottuln (K 13), nach

1,4 km hinter der Autobahnunterführung links, nach 0,7 km rechts Richtung Karthaus und links halten, nach 0,4 km links zum Anna Katharinen Stift Karthaus, Weddern 14, nach 0,2 km links Richtung Sportanlage, Werkstätten Karthaus, Turnhallenparkplatz auf der rechten Seite.

NWVK

Kreis Bielefeld

Jahreshauptversammlung

Ort: Aula der Piusschule (2. Etage), Schulstraße 11, 33378 Rheda-Wiedenbrück.

Datum: Samstag, 28. Januar 2017.

Zeit: Beginn 10.00 Uhr.

Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Feststellung der Stimmberechtigung lt. Landesliste
3. Wahl eines Protokollführers
4. Genehmigung der Tagesordnung
5. Genehmigung des Protokolls der letzten JHV (siehe Internet)
6. Berichte KDV und stv. KDV
7. Aussprache zu den Berichten
8. Wahl eines Versammlungsleiters
9. Entlastung des KDV/stv. KDV
10. Wahl der Delegierten zur Landes-JHV am 12.3.2017
11. Termine 2017
12. Anträge (müssen fristgerecht bis zum 10.12.2016 komplett beim KDV vorliegen)
13. Verschiedenes

Kreis Bonn

Jahreshauptversammlung

Datum: Mittwoch, 11. Januar 2017.

Zeit: 20:00 Uhr.

Ort: Dojo des 1. Godesberger Judo Clubs, Im Gries 48, 53179 Bonn.

Tagesordnungspunkte:

1. Begrüßung und Eröffnung
2. Wahl eines Protokollführers
3. Feststellung der ordnungsgemäßen Einberufung
4. Feststellung der Stimmberechtigten
5. Genehmigung der Tagesordnung
6. Genehmigung des Protokolls vom 13.1.2016
7. Berichte des Kreisvorstands, einschließlich der Kassenübersicht
8. Aussprache zu den Berichten
9. Wahl eines Versammlungsleiters
10. Entlastung des KDV, der Stellvertreter sowie der Kreisbeauftragten
11. Wahl der Delegierten für die JHV des NWVK am 12.3.2017 in Bochum
12. Anträge
13. Termine
14. Verschiedenes

Anträge müssen spätestens drei Wochen vor der Versammlung in schriftlicher Form (keine E-Mail) dem KDV vorliegen.

Kyu-Prüfer-Schulungslehrgänge

Ausrichter: KDV Bonn.

Ort: Dojo des 1. Godesberger Judo Clubs, Im Gries 48, 53179 Bonn (Zufahrt über Antoniterstraße oder Langenbergsweg).

Termine/Zeit: Samstag, 14. Januar 2017, 14:00 - 18:00* Uhr. Sonntag, 15. Januar 2017, 10:00 - 14.00* Uhr. Samstag, 24. Juni 2017, 14.00 - 18.00* Uhr. Samstag, 11. November 2017, 14.00 - 18.00* Uhr (*voraussichtliches Lehrgangsende, abhängig von Bedarf und Teilnehmerzahl).

Teilnehmer: Dan-Träger, Trainer, Vereinsführer und Abteilungsleiter.

Themen: Theorie: Formalia (Vorbereitung, Anmeldung, Durchführung, usw.), Pass- und Prüfungsordnung, NWVK-Ausführungsbestimmungen, anschließender Kurztest; Praxis: Praktische Problemlösungen zu den einzelnen Prüfungsinhalten.

Achtung: Prüferlizenzen müssen, um ihre Gültigkeit nicht zu verlieren, in dem Jahr verlängert werden (mit 5 ÜE), in dem sie ablaufen. Ist die Lizenz abgelaufen, sind 10 ÜE erforderlich. Die Lizenz ist nur für die auf das Erwerbs- oder Verlängerungsjahr folgenden zwei Kalenderjahre gültig.

Referenten: KDV-Team Bonn.

Mitzubringen: Judoanzug (weiß), Badeslipper, gültiger Judopass und bei Besitz NWVK-Ausweis, DJB-Passordnung, -Prüfungsordnung, -Grundsatzordnung, NWVK-Ausführungsbestimmungen, Schreibzeug.

Bemerkungen: durch die Begrenzung der Teilnehmerzahl ist eine Anmeldung bis spätestens 14 Tage vor Lehrgangsbeginn auf dem Formular „Lehrgangsanmeldung“ erforderlich unter kdv-bonn@web.de

Dan-Vorbereitungslehrgänge

1.-5. Dan

Termine: jeweils Mittwochs am 18. Januar, 1. Februar, 15. Februar, 8. März, 29. März, 28. Juni, 6. September, 27. September, 4. Oktober, 18. Oktober.

Zeit: jeweils 18.00 - 21.00* Uhr (*voraussichtliches Lehrgangsende; abhängig von Bedarf/Teilnehmerzahl). Ein Quereinstieg ist jederzeit -nach Rücksprache- möglich.

Ort: Sporthalle des Collegium Josephinum, Kölnstr. 413, 53117 Bonn. Die Sporthalle befindet sich hinter dem Schulkomplex.

Themen: Praxis und Theorie für die Prüfung zum 1.-5. Dan.

Referenten: KDV-Team Bonn.

Teilnehmergebühr: 50,00 €, sind am ersten Tag des Lehrgangs zu zahlen.

Mitzubringen: Judogi (weiß!), Badeslipper, gültiger Judo-Pass, NWVK-Mitgliedskarte (sofern vorhanden), Schreibzeug, eigene Verpflegung. **Meldung:** über den Verein per E-Mail an kdv-bonn@web.de (auf Formular „Lehrgangsanmeldung“).

Hinweis: Bei dem Lehrgang wird neben der jeweiligen Kata auch das übrige technische und theoretische Programm laut DJB-Prüfungsordnung vermittelt. In der Kürze der Zeit ist es jedoch nicht möglich, neben dem intensiven Kata-Training jede weitere Technik bis ins letzte Detail zu behandeln. Wir gehen davon aus, dass Jeder entsprechende Vor- und Nachbereitung im Verein betreibt und sich intensiv mit dem gesamten Prüfungsprogramm auseinandersetzt.

Kyu-Kata-Vorbereitungslehrgänge 8.-2. Kyu (für Wettkämpfer und Trainer)

Termine: jeweils Mittwochs, 25. Januar 2017, 8. Februar 2017 und 15. März 2017.
Zeit: jeweils 18:00 - 19:30* Uhr (*voraussichtliches Lehrgangsende; abhängig von Bedarf/Teilnehmerzahl). Ein Querseinstieg ist jederzeit -nach Rücksprache- möglich.
Ort: Sporthalle des Collegium Josephinum, Kölnstr. 413, 53117 Bonn. Die Sporthalle befindet sich hinter dem Schulkomplex.
Themen: Praxis und Theorie zur Vorbereitung des Kyu-Kata-Turniers in Bonn am 2. April 2017.
Referenten: KDV-Team Bonn.
Teilnehmergebühr: keine.
Mitzubringen: Judogi (weiß!), Badeslipper, gültiger Judo-Pass.
Meldung: per E-Mail an kdv-bonn@web.de auf Formular „Lehrgangsanmeldung“ bis 24 Std. vor der jeweiligen Veranstaltung ist notwendig, damit ausreichendes Informationsmaterial für die Teilnehmer zur Verfügung gestellt werden kann.

Vorbereitungslehrgang zum 1., 2., 3. Kyu auf Kreisebene

Ausrichter: KDV Bonn.
Termin/Zeit: Samstag, 28. Januar 2017, 14:00 - 18:00* Uhr und Sonntag, 29. Januar 2017, 10:00 - 14:00* Uhr (*voraussichtliches Lehrgangsende, abhängig von Bedarf und Teilnehmerzahl). Die Lehrgangsinhalte der einzelnen Termine sind aufeinander aufbauend.
Ort: Dojo des 1. Godesberger Judo Clubs, Im Gries 48 (Zufahrt über Antoniterstrasse oder Langenbergsweg), 53179 Bonn.
Teilnehmer: Prüfungsanwärter, Interessierte (und Trainer nach Rücksprache).
Referenten: KDV-Team Bonn.
Kosten: je Teilnehmer 15,00 €
Voraussetzungen: Grundkenntnis in allen Prüfungsfächern in Theorie und Praxis.
Mindestteilnehmerzahl: 12 Personen.
Mitzubringen: Judogi (weiß!), Badeslipper, gültiger Judo-Pass, Schreibzeug, eigene Verpflegung.
Meldung: per E-Mail durch den Verein bis zum 22.1.2017 an kdv-bonn@web.de (auf Formular „Lehrgangsanmeldung“).

Abstimmungslehrgang zur Prüfung zum 1., 2., 3. Kyu auf Kreisebene

Ausrichter: KDV Bonn.
Termin: Mittwoch, 22. Februar 2017.
Zeit: 18:00 - 21:00* Uhr (*voraussichtliches Lehrgangsende, abhängig von Bedarf und Teilnehmerzahl).
Ort: Turnhalle des Collegium Josephinum, Kölnstr. 413, 53117 Bonn.
Teilnehmer: Prüfungsanwärter, die eine Rückmeldung über ihren derzeitigen Vorbereitungsstand für ihre Prüfung erhalten wollen.
Referenten: KDV-Team Bonn.
Kosten: je Teilnehmer 5,00 €
Mitzubringen: Judogi (weiß!), Badeslipper, gültiger Judo-Pass.
Meldung: per E-Mail durch den Verein bis zum 12.2.2017 an kdv-bonn@web.de (auf Formular „Lehrgangsanmeldung“).
Mindestteilnehmerzahl: 12 Prüfungspassanten.

Kreis Coesfeld

Kyu-Prüfer-Lizenzverlängerungslehrgang

Datum: Samstag, 14. Januar 2017.
Ort: Judozentrum Stadtlohn, Südstr. 1.
Zeit: 14:00 - 17:30 Uhr.
Referenten: Peter Bazynski, 6. Dan, Hans Urban, 5. Dan.
Themen: Erarbeiten der Kyu-Prüfungsordnung.
Anmeldungen (Anzahl der Teilnehmer pro Verein) an: NWDK Kreis Coesfeld, KDV Peter Bazynski, Bürgermeister-Horst-Str. 9, 48703 Stadtlohn, Tel./Fax: 0 25 63 / 9 00 49 03, E-Mail: p-bazynski@gmx.de

Jahreshauptversammlung

Datum: Samstag, 14. Januar 2017.
Ort: Judozentrum Stadtlohn, Südstr. 1.
Zeit: 17:30 Uhr (nach dem Kyu-Prüfer-Lehrgang).

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Eröffnung
2. Wahl eines Protokollführers
3. Feststellung der Stimmberechtigung
4. Genehmigung der Tagesordnung
5. Bericht des Kreis-Dan-Vorsitzenden
- Protokoll der letzten Jahreshauptversammlung
- Sportverkehr/Lehrgänge
- Kyu-/Dan-Prüfungen
- Aktuelles
6. Aussprache zu den Berichten
7. Anträge an die Kreisversammlung
8. Anträge an die Delegiertenversammlung des NWDK
9. Wahl der Delegierten zur NWDK-Delegiertenversammlung am 12.3.2017 in Bochum
10. Verschiedenes

Die Anträge (zu TOP 7 und 8) sind schriftlich zu stellen bis zum 20.12.2016.

Kreis Düsseldorf

Kreis-Dan-Versammlung

Datum: Samstag, 14. Januar 2017.
Zeit: 15:00 - 18:00 Uhr.
Ort: Konferenzraum im Sportpark Niederheid, Paul-Thomas-Str. 35, 40589 Düsseldorf-Holthausen.

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 einschließlich Kassenbericht mit Aussprache
7. Wahl des Versammlungsleiters
8. Entlastung des Kreis-Dan-Vorsitzenden und seiner Stellvertreter
9. Wahl des Kreis-Dan-Vorsitzenden und seiner Stellvertreter - vorsorglich
10. Wahl der Delegierten für die NWDK-Delegiertenversammlung am 12.3.2017 in Bochum
11. Termine 2017
12. Anträge (Vollständige Anträge müssen dem KDV bis 19.12.2016 schriftlich vorliegen.)
13. Termin der nächsten Kreis-Dan-Versammlung (Vorschlag: 13.1.2018, Konferenzraum im Sportpark Niederheid)
14. Verschiedenes

Vorbereitungslehrgang zum 1., 2. und 3. Kyu auf Kreisebene

Termine: Freitags, 20.01.2017, 27.01.2017, 03.02.2017 und 10.02.2017.
Zeit: jeweils 18:00 - ca. 21:00 Uhr.
Ort: Judohalle auf dem Schulhof des Lessing-Gymnasiums, Ellerstr. 84, 40227 Düsseldorf-Oberbilk. Anfahrt: Toreinfahrt neben der Bushaltestelle „Stahlstraße“ nutzen, Parkmöglichkeiten auf dem Schulhof vor der Judohalle; von Düsseldorf Hbf. 10 Minuten Fußweg über Eisenstraße/Stahlstraße zur Ellerstraße.
Referenten: Sabine Romanski, Jörg Könen und David Lenzen (Ersatz: Jens Kronenthal, Max Novak, Sebastian Bergmann).
Leitung: David Lenzen.
Teilnehmergebühr: 20,00 €, zu zahlen am ersten Lehrgangstag.
Mitzubringen: Schreibzeug, gültiger Judopass.
Teilnahme: nur im weißen Judogi.
Anmeldung: unter Angabe von Name und aktuellem Kyu-Grad und mit Stempel und Unterschrift des Vereins an duesseldorf@nwdk.de (bei Minderjährigen mit Unterschrift der/s Erziehungsberechtigten).

Kyu-Prüfung auf Kreisebene

Ausrichter: Garather SV, Karl-Heinz Scheyk.
Zeit: Samstag, 18. Februar 2017.
Zeit: 10:00 - 13:00 Uhr.
Ort: Sporthalle der Kaufmännischen Schule II, Suitbertusstr. 163-165, 40223 Düsseldorf.
Prüfer: werden vom KDV eingesetzt.
Teilnehmergebühr: 12,00 € (inkl. Prüfungsmarke und Urkunde).
Mitzubringen: Judopass und schriftliche Genehmigung des Vereins. Judokas aus Schulsportgruppen, Volkshochschulen etc. legen bitte Urkunden über die zuletzt abgelegte Prüfung vor.
Teilnahme: nur im weißen Judogi.
Anmeldung: nur mit dem am PC ausgefüllten und vom Vereinsvertreter unterschriebenen und abgestempelten Anmeldeformular (abrufbar unter www.judokas.net/nwdk). Prüfungsanmeldung entweder beim Vorbereitungslehrgang abgeben oder einscannen und an karl-heinz.scheyk@nwdk.de senden. Wer noch Fragen hat, meldet sich bitte bei Karl Heinz Scheyk, Tel.: 02 11 / 70 17 32.
Anmeldeschluss: 10.2.2017.

Kyu-Prüfer Schulungslehrgang

Datum: Samstag, 18. Februar 2017.
Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.
Ort: Sporthalle der Kaufmännischen Schule II, Suitbertusstr. 163-165, 40223 Düsseldorf.
Themen: Praxis: Problemlösungen, Bewertungskriterien, korrektes Prüferverhalten.
Referenten: David Lenzen und Wilfried Marx.
Leitung: Wilfried Marx.
Teilnehmergebühr: wird nicht erhoben.
Mitzubringen: gültiger Judopass.
Teilnahme: nur im weißen Judogi.
Anmeldung: unter Angabe des Namens und mit Stempel und Unterschrift des Vereins an duesseldorf@nwdk.de
Hinweis: Für den Erwerb der Lizenz sind laut NWDK-Grundsatzordnung insgesamt 10 Unterrichtseinheiten erforderlich. Die zusätzlich benötigten Unterrichtseinheiten können durch die Teilnahme an den beiden folgenden Veranstaltungen erreicht werden: Einsatz als Prüfer auf der Kreisprüfung am 18.2.2017, 10:00 - 13:00 Uhr (Sporthalle Suitbertusstraße) und Auffrischung und Bewertung der Nage-no-Kata am 20.1.2017 (Judohalle Lessing Gymnasium).

Kreis Köln

Dan-Vorbereitungslehrgang

Ort: Turnhalle der Haupt- und Realschule Dellbrücker Mauspfad 198-200, 51069 Köln.

Termine: Samstags, 14.01.2017, 21.01.2017, 28.01.2017, 04.02.2017, 11.02.2017, 18.02.2017, 04.03.2017, 11.03.2017, 18.03.2017, 25.03.2017, 01.04.2017.

Zeit: jeweils 14:00 - 18:00 Uhr.

Referenten: KDV-Team und N.N.

Teilnehmer: Dan-Prüfungsanwärter und alle, die an dem Thema interessiert sind.

Meldung: schriftlich durch den Verein bis zum 9.1.2017 an joachim.jaeger@nwdk.de mit der Angabe, welcher Dan-Grad angestrebt wird.

Kosten: 60,00 € pro Teilnehmer, bar zu zahlen vor Ort am ersten Lehrgangstag.

Sonstiges: Gültiger Judopass ist von jedem Teilnehmer vorzulegen. Die Dan-Prüfung findet am 8.4.2017 im Kreis Aachen statt.

Grundsatz-, Pass- und Prüfungsordnungslehrgang

Datum: Sonntag, 15. Januar 2017.

Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr.

Ort: Turnhalle Haupt- und Realschule, Dellbrücker Mauspfad 198-200, 51069 Köln.

Referenten: KDV-Team Köln und N.N.

Thema: Theorie und anschließend Praxis auf der Matte.

Kosten: keine.

Teilnehmer: Alle, die ihre Prüferlizenz erwerben oder verlängern möchten.

Anmeldung: schriftlich per E-Mail an joachim.jaeger@nwdk.de

Jahreshauptversammlung

Datum: Sonntag, 15. Januar 2017.

Zeit: 14:00 Uhr.

Ort: Turnhalle Haupt- und Realschule, Dellbrücker Mauspfad 198-200, 51069 Köln.

Tagesordnung:

1. Eröffnung
2. Wahl eines Protokollführers
3. Feststellung der Stimmberechtigung
4. Genehmigung der Tagesordnung
5. Genehmigung des Protokolls der JHV 2016
6. Berichte des Kreisvorstandes
7. Aussprache zu den Berichten
8. Wahl eines Versammlungsleiters
9. Entlastung des Kreisvorstandes
10. Wahl der Delegierten zur JHV des NWDK 2017
11. Anträge an die JHV
12. Termine 2017
13. Sonstiges

Kreis Krefeld

Kreis-Dan-Versammlung

Datum: Sonntag, 8. Januar 2017.

Zeit: Beginn 10:00 Uhr.

Ort: Vereinsheim DJK VfL Willich, Schiefbahner Str. 10 a, 47877 Willich.

Tagesordnung:

1. Eröffnung und Begrüßung
2. Feststellung der Stimmberechtigten
3. Wahl eines(er) Protokollführers(in)
4. Genehmigung der Tagesordnung
5. Genehmigung des Protokolls der letzten JHV

6. Ehrungen
 7. Berichte des KDV/stellv. KDV
 8. Aussprache zu den Berichten
 9. Wahl eines Versammlungsleiters
 10. Entlastung des KDV und seines Stellvertreters
 11. Wahl der Delegierten zur NWDK-Delegiertenversammlung
 12. Verschiedenes
- Anträge (müssen bis zum 2.1.2017 schriftlich beim KDV vorliegen).

NWDK-Lehrgang „Kyu-Prüfer Lizenzverlängerung“

Datum: Sonntag, 8. Januar 2017.

Zeit: Beginn 13:00 Uhr. Ende 17:00 Uhr (im Anschluss an die Kreis-Dan-Versammlung).

Ort: Vereinsheim DJK VfL Willich, Schiefbahner Str. 10 a, 47877 Willich.

Themen: Erfahrungen mit der angepassten Prüfungsordnung, Satzung, Grundsatzordnung, Prüfungskriterien.

Referent: Hans-Georg Berndt, 5. Dan.

Zielgruppe: Alle Kyu-Prüfer bzw. -Anwärter.

Kosten: Der Lehrgang ist kostenlos.

NWDK-Lehrgang „Kyu-Prüfer-Lizenzwerb“

Datum: Freitag, 20. Januar 2017.

Zeit: Beginn 19:30 Uhr. Ende 21:45 Uhr.

Ort: Krefeld, Gladbacher Str. 601 (Dojo des PSV Krefeld); Gladbacher Straße stadtauswärts, vor der Brücke rechts halten (Schild Bezirkssportanlage folgen), nächste Straße wieder rechts, am Ende der Straße befindet sich die Sportplatzanlage.

Themen: Satzung, Grundsatzordnung, Ausbildungs- und Prüfungsordnung, Prüfungsaufgaben bewerten, Prüfung.

Sonstiges: Außerdem muss zum Erwerb der Prüferlizenz noch der Kyu-Prüfer-Lizenzverlängerungslehrgang und ein NWDK-Technik-Lehrgang (Nage no Kata) besucht werden.

Referent: Hans-Georg Berndt, 5. Dan.

Zielgruppe: nur Kyu-Prüfungsanwärter.

Kosten: Der Lehrgang ist kostenlos.

Kreis Rhein-Ruhr

Kreis-Dan-Versammlung

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

Datum: Sonntag, 15. Januar 2017.

Zeit: 09:00 Uhr.

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Eröffnung/Regularien
2. Wahl eines/r Protokollführers/in
3. Feststellung der Stimmberechtigung
4. Genehmigung der Tagesordnung
5. Protokoll Kreis-Dan-Versammlung vom 17.1.2016 (Internet)
6. Bericht des KDV/Stellvertreter einschließlich Kassenbericht
7. Aussprache zu den Berichten
8. Wahl eines/r Versammlungsleiters/in
9. Entlastung des Vorstandes
10. Wahl der Delegierten für den Landes-Dan-Tag am 12.3.2017
11. Termine für 2017 (Prüfungen, Lehrgänge etc.)
12. Anträge (schriftlich bis zum 1.1.2017 beim KDV einreichen)
13. Verschiedenes

Kyu-Prüfer-Lizenzlehrgang

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

Datum: Sonntag, 15. Januar 2017.

Zeit: ca. 10:00 - ca. 15:00 Uhr.

Themen: Erfahrungsaustausch und Infos, aktuelle Themen zur Kyu-Prüfungsordnung, Bearbeitung Fragebögen und Verschiedenes. Schaut bitte zur Bearbeitung der Fragebögen vor dem Lehrgang in die aktuelle Grundsatzordnung und in die Kyu-Prüfungsordnung (siehe www.nwdk.de).

Meldung: Um eine Planungsgrundlage für das Mittagessen zu haben, bitten wir um Teilnehmermeldung (pro Verein) bis spätestens 31.12.2016 an Dirk Lemm, mobil: 01 57 / 77 92 23 00, E-Mail: dirk.lemm@nwdk.de

Hinweis: Bitte den Judopass und Schreibzeug mitbringen.

Kreis Steinfurt

Jahreshauptversammlung

Ort: Jahnzimmer, TV Jahn Rheine, Germanenallee 4, 48429 Rheine.

Datum: Mittwoch, 1. Februar 2017.

Zeit: Beginn 18:00 Uhr.

Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Feststellung der Stimmberechtigten
3. Wahl eines(er) Protokollführers(in)
4. Genehmigung der Tagesordnung
5. Genehmigung des Protokolls der letzten JHV
6. Berichte des KDV und des Stellvertreters
7. Aussprache zu den Berichten
8. Wahl eines Versammlungsleiters
9. Entlastung des KDV und seines Stellvertreters
10. Wahl der Delegierten zur NWDK-Delegiertenversammlung
11. Prüfungsordnung/Prüferlizenzen usw.
12. Lehrgangsplan (Themenvorschläge)
13. Anträge
14. Verschiedenes

Anträge müssen bis zum 25.1.2017 beim KDV schriftlich vorliegen.

Kreis Warendorf/Münster

Kyu-Prüfer-Lizenzlehrgang für Lizenzinhaber/Aspiranten

Ausrichter: NWDK Kreis Warendorf/Münster.

Datum: Samstag, 21. Januar 2017.

Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.

Ort: Beckum.

Referenten: Klaus-Dietmar Kroll und Heinz Aschhoff.

Kosten: keine.

Besonderes: Judoanzug und Schreibzeug sind mitzubringen.

Sonstiges: Im Anschluss an den Lehrgang findet die Jahreshauptversammlung statt.

Landeslehrgang Technik

Verlängerung Trainer C B - 5 UE
Veranstalter: NWJJV e. V.
Ausrichter: Pulheimer SC.
Datum: Samstag, 14. Januar 2017.
Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.
Ort: Zur offenen Tür 13, 50259 Pulheim.
Referent: Achim Hanke, 8. Dan.
Themen: noch offen.
Kosten: 15,00 €

Dan-Vorbereitung 1

Ausrichter: TSV Solingen Auf der Höhe e.V.
Datum: Samstag, 21. Januar 2017.
Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.
Ort: Kanalstraße, 42719 Solingen.
Leitung: Mitglieder des Dan-Prüfergremiums.
Kosten: 15,00 €
Vermerk: Die Lehrgangsgebühr wird zum Veranstaltungsbeginn in bar entrichtet. Bitte nach Möglichkeit abgezähltes Geld mitbringen. Evtl. Änderungen des Austragungsortes sind der NWJJV-Homepage (www.nwjiv.eu) zu entnehmen.
Meldung: Anmeldeformular (siehe NWJJV-Homepage/Downloads) spätestens drei Wochen vor dem Lehrgang an den Prüfungsreferenten senden.
 Bitte Übungswaffen, Schutzausrüstung und Schlagpolster mitbringen.

Landeslehrgang Technik Bezirk Mönchengladbach

Ausrichter: JJJC Nettetal.
Datum: Samstag, 28. Januar 2017.
Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.
Ort: Blumenallee, 41443 Nettetal.
Referent: Werner Dermann, 7. Dan.
Themen: Würgetechniken im Stand/Boden, Transporttechniken.
Kosten: 10,00 €

Pflichtlehrgang gem. Prüfungsordnung

Ausrichter: TV Littfeld.
Thema: Notwehr, Nothilfe, Rechtslage zu Hilfsmittel.
Datum: Sonntag, 29. Januar 2017.
Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr.
Ort: Turnhalle der Grundschule, Adolf-Wurm-bach-Straße, 57223 Kreuztal-Littfeld.
Referent: Wolfgang Kroel, 8. Dan, Lehrwart des NWJJV e.V.
Kosten: 15,00 €
Vermerk: Bekleidung - weißer Gi.
Meldung: 14 Tage vorher bei der Geschäftsstelle des NWJJV e.V.

Landeslehrgang Technik

Ausrichter: PTSV Aachen.
Thema: Ju-Jutsu Drills.
Datum: Samstag, 4. Februar 2017.
Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.
Ort: Eulersweg 15, 52070 Aachen.
Referent: Harald Schreier.
Kosten: 15,00 €

Prüferlizenzneuerwerb 1

Ausrichter: SG Langenfeld e.V.
Datum: Sonntag, 5. Februar 2017.
Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr.
Ort: Langforter Str. 72, 40764 Langenfeld.
Leitung: Michael Maas, 6. Dan, Referent Prüfungswesen.
Kosten: 30,00 € für Teil 1 und 2, zusammen vor Teil 1 zu entrichten.
Vermerk: Gebühr bis spätestens drei Wochen vor Veranstaltungsbeginn auf das Verbandskonto überweisen: NWJJV, IBAN: DE77370501981900556307, BIC: COLSDE33XXX, Spk. Köln-Bonn, Verwendung: Prüferlizenzneuerwerb Teil 1+2, [Name, Vorname]. Überweisungsnachweis muss zum Teil 1 vorgelegt werden.
Meldung: Anmeldeformular (siehe NWJJV-Homepage/Downloads) spätestens drei Wochen vor Teil 1 an den Prüfungsreferenten senden. Bitte Überweisungsnachweis zusammen mit dem DJJV-Pass zu Beginn der Veranstaltung vorlegen.

Dan-Vorbereitung 2

Ausrichter: SV SW Ahle e.V.
Datum: Samstag, 11. Februar 2017.
Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.
Ort: Schloßstr. 66, 32257 Bünde.
Leitung: Mitglieder des Dan-Prüfergremiums.
Kosten: 15,00 €
Vermerk: Die Lehrgangsgebühr wird zum Veranstaltungsbeginn in bar entrichtet. Bitte nach Möglichkeit abgezähltes Geld mitbringen. Evt. Änderungen des Austragungsortes sind der NWJJV-Homepage (www.nwjiv.eu) zu entnehmen.
Meldung: Anmeldeformular (siehe NWJJV-Homepage/Downloads) spätestens drei Wochen vor dem Lehrgang an den Prüfungsreferenten senden.
 Bitte Übungswaffen, Schutzausrüstung und Schlagpolster mitbringen

Lehreinweisung

Lehrgang für Neuerteilung und Verlängerung, 15 UE bei abgelaufener Lizenz
Meldung: schriftlich bis spätestens vier Wochen vorher mit Angabe von Name, Verein und Graduierung an die Geschäftsstelle des NWJJV.
Ausrichter: TV Eichen.
Datum/Zeit: Samstag, 11. Februar 2017, 10:00 - 18:00 Uhr Theorie (Seminarraum). Sonntag, 12. Februar 2017, 10:00 - 14:00 Uhr (Dojo). Prüfung am Sonntag, 26. Februar 2017, ab 10:00 Uhr (Dojo).
Ort: Seminarraum des TV Eichen, Jahnstr. 11, 57223 Kreuztal-Eichen; Dojo des TV Eichen, Schulzentrum Stählerwiese, 57223 Kreuztal.
Referent: Wolfgang Kroel, 8. Dan, Lehrreferent NWJJV e.V.
Kosten: 25,00 €
Vermerk: Die Lehreinweisung hat nach Erwerb eine Gültigkeit von zwei Jahren und kann innerhalb dieser Zeit mit einem speziell hierfür ausgearbeiteten Lehrgang von 5 UE verlängert werden. Sind die zwei Jahre jedoch abgelaufen, muss die Lehreinweisung mit 15 UE verlängert werden. Eine Prüfung wird nicht abverlangt. Nächste Lehreinweisung: 16/17.09.2017 und 01.10.2017. Nächste Verlängerung 5 UE (bei gültiger Lizenz) am 30.04.2017.
 Die Lehrgangsgebühr ist vor Ort zu entrichten!
Anfahrt Dojo: A 4/HTS Abfahrt Kreuztal, links abbiegen, nach ca. 100 m an der Kreuzung links (geradeaus Aral-Tankstelle) Richtung Olpe auf Hagener Straße, nächste rechts in die

Waldstraße, nach 100 m wieder rechts in die Stählerwiese, führt direkt auf den Parkplatz der Dreifachhalle. Eingang liegt auf der anderen Hallenseite.
Anfahrt Seminarraum: A 4/HTS Abfahrt Krombach, nach ca. 3 km rechts Richtung Krombach, durch Krombach durchfahren bis Kreuztal-Eichen, hier nach ca. 350 m rechts in die Jahnstraße, nach 150 m rechts auf den Parkplatz. Die Turnhalle befindet sich gegenüber dem Parkplatz.
 A 45 Abfahrt Olpe-Süd auf A 4 Richtung Kreuztal fahren, dann weiter wie oben ...

Prüferlizenzverlängerung 2

Ausrichter: SG Langenfeld e.V.
Datum: Sonntag, 12. Februar 2017.
Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr.
Ort: Langforter Str. 72, 40764 Langenfeld.
Leitung: Michael Maas, 6. Dan, Referent Prüfungswesen.
Kosten: 15,00 €
Vermerk: Gebühr bis spätestens drei Wochen vor Veranstaltungsbeginn auf das Verbandskonto überweisen: NWJJV, IBAN: DE77370501981900556307, BIC: COLSDE33XXX, Spk Köln-Bonn, Verwendung: Prüferlizenzverlängerung 1, [Name, Vorname]. Überweisungsnachweis muss zum Veranstaltungsbeginn vorgelegt werden.
Meldung: Anmeldeformular (siehe NWJJV-Homepage/Downloads) spätestens drei Wochen vor Veranstaltungsbeginn an den Prüfungsreferenten senden. Bitte Überweisungsnachweis zusammen mit dem DJJV-Pass und der Prüferlizenz zu Beginn der Veranstaltung vorlegen.

Landeslehrgang Technik Bezirk Siegen

Ausrichter: TV Littfeld.
Thema: Prüfungsrelevante Themen im Kyu-Bereich.
Datum: Sonntag, 19. Februar 2017.
Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr.
Ort: Turnhalle der Grundschule, 57223 Kreuztal-Littfeld.
Referent: Frank Zimmermann, 2. Dan, Bezirksvertreter.
Kosten: 10,00 €

Dan-Prüfung 1 (U45 / UE45)

Ausrichter: TuS Quettingen e.V.
Datum: 4./5. März 2017.
Zeit: Eintreffen 10:00 Uhr. Start 11:00 Uhr.
Ort: Neukronenberger Str. 81, 51381 Leverkusen
Leitung: Michael Maas, 6. Dan, Referent Prüfungswesen, Horst Radtke, 5. Dan, Referent Senioren.
Kosten: 70,00 €
Vermerk: Gebühr bitte zeitgleich zur Anmeldung auf das Verbandskonto überweisen: NWJJV, IBAN: DE77370501981900556307, BIC: COLSDE33XXX, Spk Köln-Bonn, Verwendung: Dan-Prüfung 1, [Name, Vorname]. Überweisungsnachweis muss zur Prüfung vorgelegt werden.
 Evt. Änderungen des Austragungsortes sind der NWJJV-Homepage (www.nwjiv.eu) zu entnehmen.
Meldung: Anmeldeformular (siehe NWJJV-Homepage/Downloads) zusammen mit Nachweiskopien spätestens sechs Wochen vor der Prüfung an den zuständigen Bezirksvertreter senden. Bitte Überweisungsnachweis zusammen mit dem DJJV-Pass zu Beginn der Veranstaltung vorlegen.



Stadtsportbund
Duisburg



www.psv-duisburg-judo.de



Frauen und Männer

Deutsche Judo-Einzelmeister- schaften 2017

21./22. Januar 2017

an beiden Tagen ab 9:30 Uhr

Walter-Schädlich-Halle

Kampstr. 2 a, 47166 Duisburg-Hamborn

Wir machen uns stark für
den Duisburger Sport.

Duisburger Unternehmen für den Duisburger Sport



Eine Gemeinschaftsaktion mit dem Stadtsportbund Duisburg