

JKW News – 2. Quartal 2002

Editorial

Sehr geehrte Eltern
Liebe Jiu- und Judokas

Die GV 2002 ist bereits wieder Vergangenheit. Am 22. März durfte ich 29 Mitglieder im Restaurant Spöde willkommen heissen. Es war schön, wieder einmal unsere Passivmitglieder in den Reihen erblicken zu können. Auch Roland Remund war anwesend. Mir wurde mitgeteilt, dass er noch nie eine GV verpasst hat. Eine stolze Leistung, die mich sehr gefreut hat. Doch leider ist es nicht für alle eine "Ehre", daran teilzunehmen. So musste ich doch elf unentschuldigte Mitglieder verzeichnen.

Anlass zu Diskussionen führte als einziges Traktandum der Vorschlag des Vorstandes, eine neue Mitgliederkategorie einzuführen. Trotz einiger kritischen Stimmen wurde dieser Antrag jedoch von den anwesenden Mitgliedern angenommen, und wir durften anschliessend ein neues Ehren- und zwei Freimitglieder wählen. Es freut mich ausserordentlich, dass Max Abegg als Ehrenmitglied sowie Kurt Schneider und Karl Bosshard als Freimitglieder in unserem Verein "verewigt" werden. Alle drei haben sehr viel für unseren Verein getan. Auch ich durfte vielmals in meiner langen JKW-Zugehörigkeit von ihrer Arbeit profitieren. Vielen Dank!

Ein Wehrmutstropfen jedoch blieb an der GV hängen. Verena Rocha hat nach vielen, vielen Jahren im Arbeit im Vorstand diesen verlassen. Sie hat viel auf und neben den Matten getan! Ihr Nachfolger als Beisitzer Judo ist Ernst Jud. Ich wünsche ihm einen guten Start im Vorstand. Herzlich willkommen, Ernst!

Zu guter Letzt möchte ich noch auf zwei wichtige Termine hinweisen. Am **Mittwoch 17. April 2002 um 20.00 Uhr** findet unsere **grosse Dojo-Reinigung** statt. Jedermann (und -frau) ist herzlich willkommen. Zusammen geht es halt immer noch schneller.

Für die Kinder steht das langersehnte **J+S-Wochenende** auf dem Programm. Vom **14.-16. Juni 2002** werden wir in Haslen den Kindern Judo und Ju-Jitsu in einer anderen Atmosphäre und Umgebung näher bringen. Da die Platzanzahl begrenzt ist, bitte ich alle, dieses Wochenende bereits jetzt dick anzustreichen. Es lohnt sich!

Ich wünsche allen gute Trainings und bis bald auf den Tatamis.

Euer Präsident
Andreas Wisler

PS: Aktuelle Informationen über unsere Anlässe sind auf unserer Homepage <http://www.jkw.ch> zu finden.

Aus dem Vereinsleben

Kyu-Prüfungen

Patrik Sopran und Mario Brand haben am 20.3.2002 die grün-Gurt Prüfung bestanden.

Wir gratulieren!

Der Vorstand

Tai-Ji und Qi-Gong im JKW



Neu diesen Frühling gibt es im JKW Dojo Kurse in Tai-Ji und Qi-Gong. Diese beiden Bewegungsschulen aus China haben die gleichen Wurzeln: Das Kultivieren der inneren Energie qi. "Qi" wird oft als "Atem" in westlichen Sprachen übersetzt, bedeutet aber eigentlich die innere Lebensenergie. Die Kurse basieren auf den gleichen Kenntnissen wie die Akupunktur und die traditionelle chinesische Medizin. Qi-Gong kann als medizinische Heilübungen angesehen werden; dem gegenüber ist Tai-Ji eine Kampfkunst. Für den Anfänger ist Qi-Gong leichter zu lernen, da die Qi-Gong-Form aus wenigen Übungsabläufen besteht, die sich relativ rasch erlernen lassen. Kenntnisse in QiGong erleichtern das Lernen von Tai-Ji entscheidend.

Wenn die Bewegungen erlernt worden sind, werden sie beim regelmässigen Üben immer weiter vertieft. Qi-Gong und Tai-Ji können in jedem Alter und das ganze Leben lang weitergelernt und vertieft werden. Vor allem Qi-Gong kann auch von älteren Menschen problemlos gelernt und geübt werden.

Diesen Frühling wird die Qi-Gong-Form Yi-Jin-Jing der Chen-Familie in zwei Samstags-Seminaren gelehrt. Diese Form besteht aus insgesamt 13 Bewegungsabläufen. Am Schluss der Seminare werden kurz taoistische Meditation und Selbstmassage gezeigt. Als Vorstufe zum Tai-Ji wird noch ein Kurs in Reeling Silk angeboten. Diese Übungen zeigen die spiralförmige Bewegung des qi durch den Körper.

Die Chen-Tai-Ji-Schule legt Wert auf das Lernen dieser Grundbewegungen,

bevor die komplexen Bewegungsabläufe der Tai-Ji- Formen gelernt werden. Da reeling silk ein Grundprinzip des Tai-Ji ist, können auch Praktikanten anderer Tai-Ji-Formen ihr Wissen mit diesem Kurs ergänzen.

Qi-Gong wird zweimal unterrichtet:

- 20 April und 11. Mai

- 8. Juni und 22. Juni

Reeling Silk wird am 25. Mai unterrichtet.

JKW-Mitglieder und Eltern der Kinder bekommen einen **Rabatt von 15 Franken.**

Information und Anmeldung: Claes oder Edith Lemcke

Tel. 01-833 01 68;

E-Mail: claes.lemcke@freesurf.ch