

# **JKW News – 1. Quartal 2003**

## **Editorial**

Sehr geehrte Eltern,  
Liebe Jiu- und Judokas

An der Schwelle eines neuen Jahres blickt man üblicherweise auf die vergangenen Tage zurück und setzt sich neue Ziele.

Viele Dinge wurden erreicht, einiges blieb noch offen. Ich möchte an dieser Stelle den Trainern, dem Vorstand und allen freiwilligen Helfern im Hintergrund herzlich danken. Wiederum wurden qualitativ hoch stehende Trainings auf allen Stufen geboten. Dies ist nur dank regelmässiger Fortbildung möglich.

Am 25. November trafen sich die Trainer zu einem speziellen Training. Inhalt waren trainingspsychologische Aspekte. Verschiedene gestellte Situationen mussten bewertet und anschliessend «gelöst» werden. Es war interessant zu sehen, wie viele verschiedene Lösungen für das gleiche Problem möglich sind. Alle Trainer konnten neue Ideen für das Training mitnehmen.

Am 30. November traf sich der Vorstand zu einer etwas ungewöhnlichen Sitzung in Wiesendangen. In einem dreistündigen Workshop definierte der Vorstand Ziele und Wünsche für die kommenden Jahre. Einiges braucht noch viel Energie und Geduld, anders haben wir bereits in Angriff genommen.

Mehr dazu möchte ich an dieser Stelle nicht verraten und vertröste auf die bevorstehende Generalversammlung. Ihr dürft gespannt sein.

Nicht vergessen, die GV findet dieses Jahr am 21. März statt. Einladungen folgen!

Leider konnte der in unserem Dojo geplante Kuatsu-Kurs mangels Teilnehmer nicht durchgeführt werden. Aus diesem Grund hat sich der Vorstand des Zürcher Judo und Ju-Jitsu Verbandes ZJV entschlossen, diesen auf den 15. März 2003 zu verschieben. Ich möchte bereits jetzt an euch appellieren, dieses Datum rot in die Agenda einzutragen. Noch näher könnt Ihr keinen Kurs besuchen!

An der letzten Trainersitzung haben die Kindertrainer das Prüfungsprogramm angepasst. Schwer erlernbare Würfe wurden auf höhere Kyu-Grade verschoben. Das neue Programm findet ihr etwas weiter unten und gilt seit 1. Januar 2003.

Als Nachschlagewerk empfehlen wir weiterhin das schwarze Judo-Manual, welches vom Schweizerischen Judo & Ju-Jitsu Verband SJV speziell für Kinder entwickelt wurde. Unser Cheftrainer Eric Claude hat bereits die Lernblätter“ angepasst.

Ich wünsche allen Clubmitgliedern und deren Angehörigen, den Eltern und allen Kindern, viel Glück, Gesundheit und Zufriedenheit im neuen Jahr.

Es guets Nöis  
Euer Präsident  
Andreas Wisler

## **Aus dem Vereinsleben**

### **Ju-Jitsu-Kyu-Prüfungen 3.10.2002**

Vor den Herbstferien galt es nochmals ernst für einige Jiu-Prüflinge: sie mussten zur Prüfung antreten und meisterten diese mit Erfolg! Folgende Prüfungen wurden abgelegt und bestanden:

#### **Gelb**

Lea Meile  
Simone Ammann

#### **Halb-Gelb**

Silvio Schneider  
Nadja Zuber  
Yvonne Zuber  
Chantale Zuber  
Daniela Grob  
Lea Schurter  
Dave Gautschi  
Fabian Vernava  
Martin Fenner  
Der Vorstand gratuliert!

### **Judo-Kyu-Prüfungen 27.11.2002**

Am Mittwoch, 27. November 2002 fand unsere halbjährliche Kyu-Prüfung (Gurt, technisches Programm) statt. Sieben Kindern hatten sich seit einigen Wochen intensiv auf diesen Tag vorbereitet und waren dementsprechend etwas nervös. Damit die Jüngsten sehen konnten, wie eine Prüfung vonstatten geht, fing die Prüfung mit der höchsten Kategorie an diesem Abend an. Ian Berglas zeigte in knapp 20 Minuten alle Techniken und Festhalter, die vorgegeben wurden. Dabei musste er nicht nur das Neue zeigen, nein, auch alle «alten» Techniken wurden stichprobenartig getestet.

Nun waren die Jüngeren an der Reihe. Je drei Techniken im Stand und am Boden wurden angeschaut. Mit viel Eifer legten Sie sich ins Zeug und zeigten eine fabelhafte Prüfung ab. So muss eine Prüfung aussehen!

Zu guter letzt stand die Halb-Orange Prüfung an. Auch hier galt es, die gelernten Techniken in Bewegung, sprich mit Dynamik, vorzuzeigen. Nach etwas mehr als einer Stunde durften alle sieben Prüflinge wohlverdient ihren neuen Gurt entgegennehmen:

#### **Halb-Gelb**

Charles-Mathieu Sérrou  
Dominik Altherr  
Florian Sigwart  
Halb-Orange  
Sabrina Cappelli  
Sandra Achermann  
Lars Stauffer

## **Orange**

Ian Berglas

Auch hier gratuliert der Vorstand herzlich!

### **Erfolgreiche Teilnahme an der Kata-Schweizermeisterschaft**

Am 13. Oktober fand in Zürich die diesjährige Kata-Schweizermeisterschaft statt. Kata ist ein technisches Programm, welches nach alten Überlieferungen vorgezeigt werden muss. Bewertet werden nebst der Technik auch die Haltung und die Bewegung, ja sogar die Blickrichtung ist ausschlaggebend.

Seit etwas mehr als einem Jahr bereiteten sich Pius Mosberger und Andreas Wisler auf diesen Tag vor. Gezeigt wurde die Kime-No-Kata, die Form der Entscheidung, wo es darum geht, zwanzig Angriffe (Schläge, Messer und Schwert im Stand und am Boden) abzuwehren.

Für etwas Verwirrung sorgte jedoch zu Beginn die kurzfristig geänderte Startreihenfolge. Doch dies störte die Konzentration nicht, jedoch war die Fan-Gruppe nicht komplett. Als drittes Paar durften die beiden das eingeübte Programm zeigen. Dabei unterliefen ihnen nur einige kleine Fehler.



Volle Konzentration beim Üben der Kata

Aber auch die Gegner hatten sich auf diesen Tag vorbereitet und zeigten ebenfalls tolle Katas. Pius Mosberger und Andreas Wisler belegten am Ende den guten 11. Platz. Nur zwei Punkte fehlten zu einem Podestplatz. Herzliche Gratulation!

### **Judokai Wallisellen – Schülerturnier**

Am 16. November fand unser traditionelles Schülerturnier statt. In fünf Kategorien konnten die Kinder zeigen, was sie gelernt hatten. Viele spannende Zweikämpfe konnten beobachtet werden, einige davon endeten mit einem Ippon.

Leider überschattete ein kleiner Zwischenfall das gut organisierte Turnier. Ricco Steinmann verletzte sich vor seinem zweiten Wettkampf und musste ins Kinderspital eingeliefert werden. Glücklicherweise war es nur eine Prellung.

In der Open-Kategorie kam es nicht mehr auf die Gewichtskategorie an. Im KO-Prinzip kämpften sich die Jugendlichen an die Spitze. Das Finale war dann auch etwas ungewöhnlich: Eric Metzner musste gegen den zwei Kopflängen grösseren Adrian Forrer antreten. Wacker schlug er sich, doch reichte es nicht für den Sieg.

Auch dieses Jahr wurde ein Preis für die beste Technik von Bruno von Arx gespendet. Eric Metzner durfte diesen verdient entgegennehmen.

## **Ergebnisse**

### **- 25 kg**

Oliver Blaser  
Alessandro Kathan  
Marco Venturini  
Dominik Altherr  
Cédric Sérou

### **- 28 kg**

Eric Metzner  
Crispin Maggion  
Elia Minghetti  
Charles-Mathieu Sérou

### **- 32 kg**

Philipp Zuber  
Florence Zuber  
Sébastien Monn  
Erik Steiner

### **- 36 kg**

Kevin Raschle  
Gabriel Hartmann  
Rebecca Zuber  
Raphael Emberger  
Ricco Steinmann

### **ab 44 kg**

Rafael Forrer  
Adrian Forrer  
Patrick Biasca  
Ian Berglas  
Martin Fenner



Wer bekommt die Wertung - Adrian oder Patrick?

### **Neues Prüfungsprogramm für Kinder, gültig ab 1. Januar 2003**

(Erwachsene gemäss Vorgaben des Go-Kyo, blaues Büchlein):

#### **Halb-Gelb:**

O-Soto-Gari,  
Uki-Goshi,  
Neu: De-Ashi-Barai,  
Gestrichen: Hiza-Guruma

#### **Gelb:**

O-Uchi-Gari  
Neu: O-Goshi  
Neu: Seoi-Nage  
Gestrichen: Tai-Otoshi

#### **Halb-Orange:**

Ko-Soto-Gari,  
Neu: Ko-Uchi-Gari  
Neu: Tai-Otoshi  
Gestrichen: Ko-Soto-Gake

#### **Orange:**

Okuri-Ashi-Barai,  
Tsuru-Komi-Goshi,  
Harai-Goshi  
Neu: Koshi-Guruma  
Gestrichen: De-Ashi-Barai

#### **Halb-Grün:**

Sasae-Tsuru-Komi-Ashi,  
Uchi-Mata,

Tsuri-Goshi,  
Neu: Hiza-Guruma

**Grün:**

Tomoe-Nage,  
Ashi-Guruma,  
Neu: Ko-Soto-Gake  
Neu: Tani-Otoshi

Das Boden-Programm bleibt unverändert.

## **Chlaushöck 7.12.2002**

Nach einer Stunde parlieren und flattieren nahmen auf Befehl des Kappellmeisters (Eric) alle Platz. Tatsächlich polterte es kurz darauf an der Tür (die vorherigen zarten Klingeltöne hatte niemand bemerkt). Zwei imposante Figuren erschienen, der mickrige Esel blieb draussen.

Nach einigen Gifteleien über die lausigen Notizen übernahm der Schmutzli das Buch - und fand sich selber kaum zurecht. Endlich stand der erste «Sünder» vor dem Rotschopf und musste sich am fiesen Chlausenstecken festhalten. Mit donnernder Stimme wurde gelobt und ermahnt. Die betroffenen Judokas wehrten sich tapfer, zu einem Ippon kam es aber nie.



Die reich gedeckten Tische am Anfang des Abends

Wie im Fluge verging die Zeit, wir amüsierten uns herrlich. Kurt bekam sogar ein Gschänkli (weil er immer so speditiv und gratis die Matten reparierte). Zwischendurch wurde Schmutzli etwas ungeduldig und fuchtelte bedrohlich mit seiner fast zu langen Fitze, wie Nicole keck bemerkte. Leider glänzten Mätü und Jasmin durch Abwesenheit und der Chlaus ärgerte sich aus zwei Gründen ziemlich.

Erstens erfolgte die Abmeldung kurzfristig und mit kurligen Gründen, zweitens wurden die zwei Schmutzli-Beobachtungen nutzlos. He - ihr zwei: das nächste Mal habt ihr die Termine im Griff, wie sich das für Vorbilder gehört! Endlich konnten alle aufatmen, weil der Chlaus von dannen zog.

Kurz darauf erschienen noch zwei «Verspätete»: Voni und Kollege Pierre. Auch ältere Herren haben offenbar Terminprobleme - oder mussten sie sich zuerst noch umziehen?

Sie kamen jedoch noch rechtzeitig, um aufs angefahrene Menukarusell zu springen. Wir hatten schon eine exzellente Crèmesuppe hinter uns und kurz darauf wurde eine traumhafte Salat-Trilogie serviert. Welch ein Augen- und Gaumenschmaus! Der Hauptgang war ein Gedicht. Die Schöpferei war echt professionell. Auch der flüssigen Speise wurde kräftig zugesprochen. Wir tranken aber nicht nur Rotwein, sondern auch 20 Liter Wasser! Der kulinarische Höhenflug wurde mit einer hübsch verzierten Glacescheibe abgeschlossen. Bald darauf verliessen uns die zwei Meisterköche, Armin und Marianne, und vereinzelt Judokas. Jetzt kam der zähe Teil :-). Wer wird wohl als Letzter abzotteln? Die Stimmung blieb trotzdem gemütlich. Es wurde eifrig diskutiert und ganz Verwegene stachen noch die wunderbare Rüeblitorte von Lupo an. Schön und nicht selbstverständlich waren die vielen Dankeschön an Sonja für die prächtige Tischdekoration und das viele Drumherum als Organisator. Ein grosses Dankeschön bekommen natürlich auch der Co-Organisator Eric, die beiden Köche und selbstverständlich alle Teilnehmer!  
Matthias Weiss

## **Kegelabend 18.12.02**

Wie immer im Dezember es läuft ja sonst nichts war das letzte Training des Jahres ein Kegelplausch. Getöse und Gedränge gab es zwar nicht viel, aber es hatte wenigstens doppelt so viele Leute wie letztes Jahr.

Einen Profi-Kegler gab es nicht; oder hatte er nur seinen schlechten Tag? Die «pfundigen» Würfe waren eher rar und zufällig, aber vielleicht hatten wir deshalb eine so gemütliche Stimmung.

Auf beiden Bahnen wurde gekämpft. Die Kugeln rollten nicht immer sanft und rund zum Ziel, aber das störte niemanden. Beim Jahr- gangskegeln gab es ziemlich viele komische Resultate (Jahrgang 2000 und mehr war keine Seltenheit).

Der Wirt war etwas grantig, und deshalb zottelten wir schon um 22:30 Uhr davon. Vielen Dank an Eric fürs Drandenken, Organisieren (sprich ein Telefonat machen) und Motivieren. Schön waren auch die zahlreichen jungen Teilnehmer. Erstaunlich ist für mich, dass das erste Adieu schon nach etwa einer Stunde kam.

Ghost alias Matthias Weiss

## **Aus dem SJV**

### **Wettkampfberichte**

#### **Judo: Erfolge der JuniorInnen an der IDEM in Berlin**

Dieses Wochenende war für die Schweiz sehr erfolgreich. An der Junioren-IDEM in Berlin, eines der stärksten A-Turniere für Junioren, gewann Julianne Robra souverän in der Gewichtsklasse bis 63kg.

Weitere Resultate erzielten Reto Tschan 5. Platz bis 81kg, Rahel Walser 7. Platz bis 52kg und Markus Wellenreiter 7. Platz bis 66kg.

#### **Judo: Erfolg an der JuniorInnen-EM in Rotterdam (November)**

Die erst 17jährige Rahel Walser aus St. Gallen hat am ersten Wettkampftag den fünften Rang belegt. Monika Kurath und sie selber sind mit dieser Leistung zufrieden.

Hier die Kämpfe von Rahel in Kurzform:

1. Kampf g. gegen Stravrinou aus Zypern
2. Kampf g. gegen Tauckelaite aus Litauen
3. Kampf g. gegen Chyk aus der Ukraine
4. Kampf v. gegen Van Gurp aus Holland
5. Kampf v. gegen Dorokhina aus Russland

#### **Ju-Jitsu-WM 23./24.11.2002 in Punta del Este (Uruguay)**

Am Mittwoch den 20. November besammelten wir uns am Flughafen in Zürich.

Die Schweizer Delegation umfasste:

Gerry Tscherter (Sportdirektor)

Rita Brugger

Ueli Zürcher (Kampfrichter)

Silvie Kümmin / Michel Bürgisser (Duo Mixed)

Philipp Zraggen / Marco Limacher (Duo Herren)

Stephan Koch (Coach)

Unsere Reise führte über Paris - Sao Paulo nach Montevideo in Uruguay. Für den Transfer zum Wettkampfort in Punta del Este wurden wir von den örtlichen Organisatoren bereits erwartet, so dass wir schon kurze Zeit später die Fahrt im Bus antreten konnten. Den freien Tag am Freitag verbrachte das Team mit Sightseeing, Baden und Shopping.

Am Samstag starteten Philipp Zraggen und Marco Limacher. Nach einem Freilos in der ersten Runde mussten sie gleich im ersten Kampf gegen den späteren Weltmeister Frankreich antreten. Trotz einer tollen Leistung reichte es nicht, die Topfavoriten aus Frankreich zu besiegen.

Nach dieser Startniederlage kämpften sie sich gegen Argentinien und England bis in den kleinen Final vor. Im Kampf um Platz drei musste dann gegen Deutschland ausgetragen werden. Philipp und Marco konnten in dieser



Begegnung über sich hinauswachsen und boten eine Leistung, welche kaum zu überbieten war. Somit gewannen sie die erste WM-Medaille in der Geschichte des Schweizer Ju-Jitsu.

Am Sonntag war nun die Reihe an Silvie Kümin und Michel Bürgisser, in den Wettkampf einzugreifen. Auch ihnen wurde ein starker erster Gegner zugelost: der spätere Finalist und Vizeweltmeister Holland. Silvie und Michel boten eine tolle Leistung und kämpften sich bis in den kleinen Final vor, wo sie sich jedoch den Spaniern beugen mussten. Sie erreichten somit den sehr guten fünften Platz.

Mit dem aktiven Coaching konnte Stephan Koch einen wesentlichen Beitrag zum grossartigen Erfolg des Schweizerteams leisten. Als Kampfrichter stand Ueli Zürcher auf der Matte, der als World-Referee auch zum ersten Mal in mehreren Finals eingesetzt werden konnte. Auch er zeigte eine Topleistung und konnte auch in schwierigen Situationen einen klaren Kopf behalten.

(Das Team)

## Kurznachrichten

### • Ju-Jitsu-WM 23./24.11. Uruguay

Am Samstag gewann das Herren-Duo-Team (Marco Limacher und Philipp Zraggen) die Bronzemedaille! Auch Sonntag konnte das Schweizer Duo-Mixed Team mit einer guten Leistung überzeugen und erreichte den 5. Platz. (Siehe auch Wettkampfbericht).

• Das **INFO-Journal** des SJV wird in dieser Form aufgegeben. Es kommt nur noch alle zwei Monate raus. Die Homepage des SJV dient neu als Hauptinformationsquelle: [www.sjv.ch](http://www.sjv.ch).