



Inhaltsverzeichnis

Editorial.....	2
Aus dem Vereinsleben.....	4
Kindertraining Judo: mehrere Trainingsmöglichkeiten pro Woche.....	4
Ju-Jitsu: Schweizermeisterschaft in Morges 8.3.2012.....	4
Judo: Offene Bündner Meisterschaften 18.3.2012.....	5
Judo und Ju-Jitsu: Züri-Meisterschaft 3.6.2012.....	6
Judo und Ju-Jitsu: Kinderprüfungen 7.7.2012.....	8
Protokoll der MV vom 16.3.2012.....	11
J+S-Informationen.....	19
Was ist J+S?.....	19
Status im JKW.....	19
Aktuelle Zahlen.....	20
Aus dem SJV.....	20
Wettkampfregele: Informationen und Neuerungen.....	20
Ju-Jitsu: U21-Weltmeisterschaft (Duo) 11.-13.11.2011.....	22
Kwatsu: Das kleine Einmaleins bei Sportverletzungen.....	22
Bedeutung von Kontertechniken im internationalen Wettkampffudo.....	23
Termine.....	24
Trainingsplan.....	24
Telefonliste.....	25
Trainer.....	25
Präsident.....	26
Kassierin.....	26
Redaktion.....	26
Mitglieder werben Mitglieder.....	27
Gutschein.....	28



Editorial

Liebe JKW-lerInnen

Jetzt gilts bald ernst! Diesen Spruch hat wohl fast jeder schon mal gehört, sei es beim Übertritt in die Schule, Lehranfang, Prüfungsvorbereitung, Stellenwechsel, Umzug, Übernahme eines Amtes.... Moment, das gilt für mich, denn ab dem 1. August darf ich das JKW-Präsidentenamt übernehmen.

An dieser Stelle möchte ich mich bei euch für das mir an der MV entgegengebrachte Vertrauen ganz herzlich bedanken. Ich werde alles daran setzen, dem gerecht zu werden. Ich muss zugeben, dass meine Knie schon ein wenig weich werden, wenn ich an die hooooch gelegte Messlatte meines Vorgängers denke.

Andreas, im Namen des JKW vielen herzlichen Dank für all das, was du für den Verein und seine Mitglieder getan hast und als Trainer und Mentor noch weiterhin tun wirst.

Nachdem ich nun mein Arbeitspensum reduziert und meine Prüfungen abgeschlossen habe, freue ich mich auf die neue Aufgabe.

In diesem Sinne wünsche ich uns allen eine erholsame Sommerferienzeit, so dass wir unsere kommenden Aufgaben mit frischem Elan erfüllen können.

Herzliche Grüsse

Peter Anliker, Präsident



Nicht nur Peter hat eine neue Aufgabe im Vorstand, für mich gilt das genauso: neu bin ich nicht nur Aktuar, sondern auch Vize-Präsident, was Peter bisher erledigt hat.

Natürlich sind im ersten Halbjahr 2012 noch andere wichtige Dinge passiert: eine Woche vor der Mitgliederversammlung (MV) nahm der JKW an der SM Ju-Jitsu in Morges teil. Leider trübten zwei Verletzungen die teilweise grossartigen Erfolge – Lorenzo Magnanelli wurde Erster in seiner Kategorie! Weiter ging's im Judo mit der Offenen Bündner Meisterschaft, wo Erik Steiner und Patrik Sopran teilnahmen.



Ganz klar im Zentrum stand die Züri-Meisterschaft, an der rund 300 Kinder und Jugendliche im Judo und Ju-Jitsu teilnahmen. Der ZJV hatte uns kurzfristig angefragt, ob wir einspringen könnten, da der vorgesehene Organisator absagen musste. Unter der Leitung von Andreas Wisler stampften wir die Organisation in wenigen Monaten aus dem Boden, und wir können schlussendlich auf einen gelungenen Anlass zurückblicken. Der ZJV war ebenfalls sehr zufrieden. Nur das Angebot, die ZM für die nächsten fünf Jahre zu organisieren, haben wir nicht angenommen :-)

Vielleicht ist jemandem das Plakat an der Züri-Meisterschaft aufgefallen: J+S (Jugend und Sport). Wer mit diesem Begriff nichts anfangen kann, findet weiter hinten einen Bericht über diese wichtige Organisation.



Passend zum Wettkampf ist auch eine Zusammenfassung über die neusten Wettkampffregeln enthalten, dazu ein paar Informationen, die ich aus dem «Dojo» zusammengetragen habe. Auch wenn das Heft mittlerweile jedem lizenzierten JKW-Mitglied zugeschickt wird (oder werden sollte), ist die Zusammenfassung hoffentlich interessant.

Leider konnten anhand der Grafiken alle an der diesjährigen MV feststellen, dass unsere Mitgliederzahlen in den letzten Jahren geschrumpft sind. Der Vorstand hat mehrmals darüber beraten, wie dem entgegengewirkt werden könnte. Neben Berichten und Informationen in lokalen Medien finden wir auch die Mund-zu-Mund-Propaganda ganz wichtig. Ihr findet weiter hinten einen Gutschein sowie «Mitglieder werben Mitglieder». Zudem liegen im Dojo Informationsbroschüren, sowie Flyer zum Freundes- und Mehrfachtraining auf. Bitte macht als Mitglied Kollegen und Bekannte auf unsere Möglichkeiten aufmerksam, schliesslich bedeuten mehr Teilnehmer auf der Matte auch mehr Spass im Training!

Nun wünschen wir Euch viel Spass beim Lesen, eine erholsame Sommerpause und freuen uns, Euch im August wieder auf den Tatami zusehen.

Andy Deller, Vizepräsident



Aus dem Vereinsleben

Kindertraining Judo: mehrere Trainingsmöglichkeiten pro Woche

Wie in den letzten Clubnachrichten erwähnt, können Kinder seit Anfang Jahr nicht nur in «ihrem» Training, sondern auch eine Stufe tiefer oder höher trainieren. Dies bietet sich z.B. an, wenn ein spezieller Anlass das normale Training verunmöglicht, oder auch einfach, um zweimal pro Woche trainieren zu können. Ein weitere positiver Effekt ist, dass mehr Kinder auf der Matte stehen, was bei den meisten Trainings von Vorteil ist.

Für die Trainer ist es einfacher – und für die Kinder vermutlich interessanter – wenn gleich zwei Kinder aufs Mal ein zusätzliches Training besuchen, da der Altersunterschied zum Teil gross sein kann. Bitte beachtet auch, dass die Trainingszeiten je nach Tag unterschiedlich sein können.

Bisher machten die Kinder nicht von dieser Möglichkeit Gebrauch. Deshalb hier nochmals als Übersicht:

- Kinder aus dem Montagstraining (Stufe I) können auch am Donnerstag (Stufe II) trainieren
- Kinder aus dem Donnerstagstraining (Stufe II) können auch am Montag (Stufe I) oder Mittwoch (Stufe III) trainieren
- Kinder aus dem Mittwochstraining (Stufe III) können auch am Donnerstag (Stufe II) trainieren
- Alle Kinder und Jugendlichen ab Halbgelb-Gurt können auch am Freitag 18:45-19:45 im Kampftraining teilnehmen. Das Kampftraining ist gemischt für Judo und Ju-Jitsu.

Andy Deller

Ju-Jitsu: Schweizermeisterschaft in Morges 8.3.2012

Am Samstag 8.3.2012 nahmen drei Kämpfer des JKW unter der Leitung von Robert Sellaro an der Ju-Jitsu-Schweizermeisterschaft in Morges teil. Die teilweise sehr guten Resultate waren überschattet von Verletzungen. Die Kämpfer im Einzelnen:

Lorenzo Magnanelli: Schweizermeister Kategorie U14A (Leichtgewichte)! Der JKW gratuliert ganz herzlich zu dieser grossartigen Leistung!

Dave Gautschi: Bronze -94 kg. Leider riss sich Dave die Bänder des Schultergelenks (genauer: des Acromio-clavicular-Gelenk, kurz AC-Gelenks). Aufgrund dieser Verletzung fällt er wohl einige Zeit aus.



Marwan Chabou: Kat. U18. Laut Schiedsrichter (Schiedsrichter-Obmann des SJV) hat Marwan beim Juji-Gatame zu spät geklopft. Daraus resultierte eine Verletzung, vermutlich angerissene Bänder im Ellenbogen und natürlich kräftige Schmerzen.

Der JKW gratuliert den Medaillengewinnern und wünscht gute Besserung.

Robert Sellaro

Judo: Offene Bündner Meisterschaften 18.3.2012

Am Sonntag 11. März 2012 fanden in Schiers die offenen Bündner Meisterschaften im Judo statt. Der Judokai Wallisellen reiste mit einer Delegation von zwei Kämpfern an, um ihr Können unter Beweis zu stellen.

Erik Steiner startete in der Kategorie Jugend. Nach langer Abwesenheit vom Wettkampfgeschehen wagte er sich wieder an ein Turnier. Nach einer sehr kurzfristigen Vorbereitungszeit von etwas mehr als einer Woche, in welcher Erik viermal trainierte, stellte er sich den Gegnern in der Kategorie -73 kg. Beim ersten Kampf spürte man noch, dass eine gewisse Routine fehlte. Ein kleiner Fehler wurde vom Gegner sofort ausgenutzt und Erik verlor den Kampf. Danach konnte er sich aber wieder darauf besinnen, was er in der Vorbereitung auf das Turnier gelernt hatte, nämlich den Gegner von Anfang an zu kontrollieren. So zwang er in seinem zweiten Kampf seinen Kontrahenten zu einem unsauberen Angriff. Erik erkannte seine Chance und konterte geschickt und souverän. Der zweite Kampf war gewonnen und somit erhielt Erik verdient die Silber-Medaille. Bravo Erik, mit dieser Leistung hast du dein Ziel erreicht.

Ich startete bei den Erwachsenen in der Kategorie bis 90 kg. In meinem ersten Kampf habe ich meinen Gegner lange vom Sieg abhalten und eine frühe Niederlage mit Mühe und Not verhindern können. Nachdem er allerdings einen sauberen Angriff angesetzt hatte, konnte ich nicht mehr ausweichen und landete auf dem Rücken. Mein zweiter Kampf lief nicht besser. Ich konnte zwar meinen Wurf ansetzen, aber während der Flugphase drückte mich mein Gegner auf meinen Rücken und konterte. Wiederum verlor ich.

Selbstkritisch muss ich zugeben, dass meine Leistung ungenügend war. Ich konnte meine Strategie nicht umsetzen, da ich mich auf die falschen Dinge konzentriert habe. Es bringt allerdings nichts, sich über die eigenen Fehler aufzuregen. Der nächste Schritt ist, daran zu arbeiten, sich verbessern zu wollen und – mit dem nächsten Turnier vor den Augen – neue Ziele zu setzen und sich dafür einzusetzen, diese zu erreichen. Das verstehe ich unter Judo. Sich auf den «sanften Weg» zu machen, an sich zu arbeiten mit dem Willen, besser zu werden.

Diesem Gedanken folgte auch Erik und erntete somit seinen Erfolg.

Patrik Sopran



Judo und Ju-Jitsu: Züri-Meisterschaft 3.6.2012

Am 3. Juni 2012 fand in Wallisellen die kantonale Judo- und Ju-Jitsu-Meisterschaft statt. Über 300 Kinder unter 17 Jahren fanden den Weg in die gut ausgestattete Mehrzweckhalle.

Am Vortag hatten viele Helfer des Judokai Wallisellen die Halle vorbereitet und eine ideale Umgebung für die Teilnehmerinnen und Teilnehmern auf vier Mattenfeldern, total über 500 m² Matten, geschaffen. Kurz nach neun Uhr starteten die ersten Wettkämpfe der Kategorie U17. Spannende Zweikämpfe konnten in der Folge beobachtet werden. Parallel kämpften die Ju-Jitsukas mit Schlägen, Fusstritten, Würfen und anschliessend Festhalten um einen Sieg in ihrer Disziplin.

Auch viele Zuschauerinnen und Zuschauer unterstützen in der Halle und auf der Tribüne ihren Nachwuchs und spornten diesen an. Zeitweise war es schwer, noch einen Platz zu finden.

Für das kulinarische Wohl und den Hunger vom Kämpfen oder Zuschauen sorgte vor der Halle die Bürgli Chuchi mit sechs Köchen und Helfern des Judokai.



Teilnehmer und Kampfrichter am Grüssen zu Beginn der Meisterschaft

Nach den U17 kamen die Jüngerer zum Zug. Den Abschluss machten zum ersten Mal die ganz Kleinen in der Kategorie U10. Das Zuschauen machte viel Spass und alle versuchten, ihre Lieblingstechniken anzusetzen und so den Sieg zu erreichen. Nicht immer gelang dies, und es kam auch zu einigen Tränen. Doch die Erfahrung an einem grossen Turnier teilzunehmen bleibt allen in guter Erinnerung.

Sobald alle Kämpfe pro Kategorie abgeschlossen waren, folgte die Rangverkündigung und fast alle Teilnehmer durften eine tolle Medaille in Empfang nehmen. Da waren die Anstrengung und vielleicht auch ein bisschen Frust über eine Niederlage vergessen und ein Strahlen lag in den Gesichtern.

Um 17 Uhr waren alle Kämpfe abgeschlossen und das Aufräumen stand an. Vielen Dank allen Helferinnen und Helfern für den tollen Einsatz und die speditive Mithilfe.

Andreas Wisler



Blick auf die zahlreichen Zuschauer und Trainer inklusive Aufwärmecke



Judo und Ju-Jitsu: Kinderprüfungen 7.7.2012

Am Samstag 7. Juli fanden im Dojo die halbjährlichen Prüfungen statt. Von den Erwachsenen hatte sich niemand angemeldet, so dass es nur Kinder und Jugendliche zu prüfen.

Den Anfang machten die Judokas. Marco Barra (Tori) und Andy Anliker (Uke) und zeigten das Orange-Programm. Dieses besteht aus einem Bodenteil, wo der Gegner auf dem Rücken kontrolliert werden muss, der sogenannten Osae-Waza. Natürlich durfte auch die Nage-Waza (Würfe) nicht fehlen. Andy und Marco zeigten ihren Teil gekonnt, und durften danach eine kurze Pause machen, während Timo und Aleksandar die Prüfung zum Gelbgurt absolvierten. Diese bestand ebenfalls aus einem Bodenteil und einem Teil im Stand. Die beiden setzten sich ebenfalls stark ein; Unterschiede in der Technik waren aber natürlich auszumachen. Besonders das Tsukuri (Gleichgewicht brechen) muss noch vermehrt geübt werden, dies ist ein zentraler Punkt im Judo.

So richtig ins Schwitzen kamen alle Prüflinge nochmals, als sie Yaku-So-ku-Geiko (Würfe ohne Gegenwehr), Kakari-Geiko (Angriff des Einen, Verteidigung des Anderen) und Randori (Übungskampf) zu zeigen hatten. Diese Übungen dienen dazu, immer realistischere Situationen zu meistern.

Schlussendlich konnte Andreas Wisler allen Prüflingen ihren lang ersehnten Gurt überreichen. Besonders die Orange-Prüfung hat ihm gefallen.

Im Ju-Jitsu traten sieben Prüflinge an. Nach einem intensiven Aufwärmen stellte Robert allgemeine Fragen wie Dojo-Regeln, Tai-Sabaki (Körperrückdrehung) etc. Danach begannen die Weissgurte mit ihrem Programm. Im Ju-Jitsu bilden Würfe – dieselben wie im Judo – einen wichtigen Bestandteil und mussten vorgezeigt werden. Auch hier wies Robert darauf hin, wie wichtig Kuzushi ist. Danach ging es am Boden mit Osae-Waza weiter, analog wie im Judo.

Zusätzlich kamen nun Schläge und Tritte sowie deren Abwehren dazu. Weitere Angriffe wie Halten am Handgelenk in verschiedenen Varianten, Würgen, Ziehen, Schubsen und wie man sich dagegen schützen kann wurde abgefragt. Karia Kögler, Chiara Wernli, Leah Yamanaka, Caroline Grand, Giuliano Magnanelli und Cyril Lusetti meisterten die Aufgaben bravourös und verdienten sich mit Ihrer Leistung den halbgelben Gurt.

Im zweiten Teil kam Marwan Chabou mit seiner Prüfung zum halborangen Gurt an die Reihe. Bei ihm war das Anforderungsprofil entsprechend höher, die Techniken mussten effizienter, zahl- und variantenreicher sein. Auch Marwan zeigte eine gute Prüfung und errang dadurch die nächste Gurt-



Marco Barra mit einem schönen O-Goshi

Im zweiten Teil kam Marwan Chabou mit seiner Prüfung zum halborangen Gurt an die Reihe. Bei ihm war das Anforderungsprofil entsprechend höher, die Techniken mussten effizienter, zahl- und variantenreicher sein. Auch Marwan zeigte eine gute Prüfung und errang dadurch die nächste Gurt-



stufe.

Der JKW gratuliert herzlich allen Schülern zur bestandenen Prüfung. Ausserdem geht unser Dank an «Hans-Marian Kögler der sich freundlicherweise bereit erklärt hat, sich als Fotograf und Fotoapparat-«Sponsor» für die Gruppenaufnahme der Ju-Jitsu-Prüfung zur Verfügung zu stellen.

Leider konnten zwei Prüflinge im Ju-Jitsu am Samstag nicht erscheinen. Der Grund ist noch unklar; wir hoffen aber, dass auch sie so schnell wie möglich die nächste Stufe erreichen können.

Die bestandenen Prüfungen im Judo:

Orange

- Marco Barra

Gelb

- Timo Repke
- Aleksandar Filipovic



Die neuen sperrigen Gurte werden gebunden

Die bestandenen Prüfungen im Ju-Jitsu:

Halbgelb

- Karia Kögler
- Chiara Wernli
- Leah Yamanaka
- Caroline Grand
- Giuliano Magnanelli
- Cyril Lusetti

Halborange

- Marwan Chabou

Andy Deller, Robert Sellaro



Die Ju-Jitsukas während...



... und nach der Prüfung



Protokoll der MV vom 16.3.2012

Datum, Zeit: 16. März 2012, 19:10-20:20

Ort: Restaurant «Spöde», Wallisellen

Teilnehmer:

Vorstand:

Präsident Andreas Wisler

Vize-Präsident Peter Anliker

Kassierin Cornelia Weiss

Beisitzer Judo Roger Schwyter

Beisitzer Ju-Jitsu Robert Sellaro

Aktuar Andy Deller

Stimmberechtigte: 19 (ab Trakt. 6 20, ab Traktandum 7.1 21)

Traktanden:

1. Begrüssung
2. Protokoll der MV vom 11. März 2011
3. Genehmigung des Jahresberichts des Präsidenten
4. Jahresrechnung 2011
5. Décharge-Erteilung an den Vorstand
6. Budget 2012
7. Wahlen und Ämter
8. Anträge des Vorstandes
9. Anträge der Mitglieder
10. Varia

Begrüssung

Begrüssung durch den Präsidenten

Der Präsident Andreas Wisler begrüsst um 19:10 Uhr die Anwesenden im Saal des Restaurants «Spöde» in Wallisellen zu seiner 12. und letzten Mitgliederversammlung als Präsident.



Präsenzliste, Anwesende

Es sind 20 Personen, davon 19 Stimmberechtigte anwesend. Momentan fehlen noch einige Angemeldete, viele Mitglieder haben sich entschuldigt. Am Stichtag 3.3. fehlten noch über 32 Rückmeldungen, heute 16.3.2012 noch deren 10. Wer sich nicht gemeldet hat, wird mit einer Busse von CHF 20.– bestraft. Unser Ehrenmitglied Hans Wolf hat sich entschuldigt und lässt einen Gruss ausrichten.

Die Liste der Personen mit fehlender Rückmeldung: Daniel Bosshard, Stefan Deutsch, Yannick Franel, Luca Pichierri, Evelyn Rieder, Mathias Rüdisser, Christian Schmid, Jason Schuppisser, Oliver Wagen, Linda Zahnd. TODO: ev. gewisse streichen

Konstituierung der Versammlung

Gemäss Art. 5 unserer Statuten muss jährlich einmal eine Mitgliederversammlung durchgeführt werden. Diese muss 30 Tage im voraus angekündigt werden. Die letzte Versammlung fand am 11. März 2011 statt. Die Einladung für die diesjährige Versammlung wurde fristgerecht Ende Januar an alle Stimmberechtigten verschickt. Gegen die aufgeführte Traktandenliste sind keine Einsprachen erfolgt. Laut Art. 5 unserer Statuten sind Beschlüsse gültig, wenn sie vom absoluten Mehr der stimmberechtigten Anwesenden angenommen werden. Bei 19 Stimmberechtigten stellen 10 Stimmen dieses absolute Mehr dar. Ergibt sich bei Sachgeschäften Stimmengleichheit, entscheidet der Präsident mit Stichentscheid über Annahme oder Ablehnung der Vorlage.

Wahl des Stimmzählers, Protokollführung

Silas Dettwiler wird als Stimmzähler vorgeschlagen und gleich einstimmig gewählt. Die Protokollführung wird wie üblich vom Aktuar Andy Deller übernommen.

Protokoll der MV vom 11. März 2011

Das Protokoll der Jahresversammlung vom 11. März 2011 wurde in unseren Clubnachrichten, Ausgabe 2/2011, veröffentlicht und jedem Clubmitglied persönlich zugestellt. Es ist ebenfalls auf unsere Homepage (<http://www.jkw.ch>) verfügbar.

Clubmitglieder, die das Clubmitteilungs-Blatt mit dem publizierten MV-Protokoll nicht erhalten haben, oder das Protokoll aus anderen Gründen noch nicht zur Kenntnis haben nehmen können, fordern bei unserem Aktuar nachträglich ein Exemplar an.

Ein Verlesen des Protokolls wird nicht gewünscht. Es bestehen keine Wortmeldungen oder Berichtigungsanträge und das Protokoll der MV 2011 wird einstimmig genehmigt. Andreas Wisler bedankt sich bei Andy Deller fürs Verfassen des Protokolls.

Genehmigung des Jahresberichts des Präsidenten

Der Bericht wurde mit der Einladung verschickt, Andreas Wisler verzichtet deshalb darauf, ihn vorzulesen. Ein paar Punkte:

- Nach dem Wasserschaden konnten wir im Q1 das neu eingerichtete Dojo beziehen.
- Die zwei Judo-Gasttrainings stiessen auf grossen Anklang.



Clubnachrichten 2. Semester 2012



- Patrick Packes und Robert Sellaro haben die Prüfung zum 3. Dan JJ bestanden.
- Andere Highlights waren die Teilnahme am Walliseller Triathlon, eine Weiterbildung der Trainer zum Thema Suchtprävention und natürlich die Teilnahme unserer Kinder an diversen Turnieren.
- Der Mitgliederbestand gibt zur Sorge Anlass. Der Vorstand hat einige Anstrengungen zur Verbesserung unternommen: Flyer, Cat Week, Plakate, Broschüre.
- Gradierungen: Judo 6 Kinder und 0 Erwachsene, Ju-Jitsu 8 Kinder und 1 Erwachsener, Karate niemand.

Andreas Wisler dankt dem Vorstand für seinen Einsatz während des ganzen Jahres.

Wortmeldung Matthias Nyffeler: es sind 6 Abgänge, nicht 7 (Rechnungsfehler). TODO: was ist mit 4 Erwachsenen im Judo?

Es gibt keine weiteren Wortmeldungen oder Fragen und der Jahresbericht wird einstimmig genehmigt.

Ganz aktuell: an der JJ-Schweizermeisterschaft konnte der JKW Erfolge verbuchen: Lorenzo Magnanelli (U14) Gold, Dave Gautschi -94kg Bronze. Dave und auch Marwan Chabou mussten leider Verletzungen verbuchen. Vielen Dank an Robert Sellaro für die erfolgreichen Trainings. Andreas Wisler wird den beiden Medaillenträgern noch ein kleines Geschenk überreichen.

Jahresrechnung 2011

Erläuterungen der Kassierin

Die Kassierin Cornelia Weiss kommentiert die Rechnung 2011. Die Rechnung schliesst mit einem Gewinn von CHF 9'685.95 ab; der Aufwand betrug CHF 37'502.80, der Ertrag CHF 47'188.75. Der Gewinn ist hauptsächlich auf die Rückzahlung der Versicherung für den Wasserschaden zurückzuführen.

Bilanz:

- Die Bilanzsumme beträgt CHF 85'605.24.
- Anlagevermögen: die Dojo-Einrichtung ist höher als gewohnt, da wir nun neue Matten haben.

Erfolgsrechnung: Einige Punkte weichen von der letzten ER ab und werden von Cornelia Weiss teilweise kommentiert:

Aufwand:

- Trainingslager wurde keines durchgeführt => CHF 1'500.— weniger Aufwand
- Die Miete war wegen des Wasserschadens ca. CHF 1500.— tiefer
- Unterhalt/Reinigung war wegen des Wasserschadens ca. CHF 6'000.— höher, auf



Clubnachrichten 2. Semester 2012



- der Einnahmeseite gleicht sich dies aber wieder aus (Zahlung der Versicherung)
- Materialeinkauf war ca. CHF 1'000.— tiefer, was ebenfalls mit dem Wasserschaden zusammenhängt..
 - Die alten Matten mussten alle abgeschrieben werden => um ca. CHF 1'200.— höhere Abschreibungen

Ertrag:

- Fast CHF 4'000.— weniger Mitgliederbeiträge als letztes Jahr, da wir von einem höheren Mitgliederbestand ausgegangen sind.
- Übrige Einnahmen sind mit über CHF 17'000.— ziemlich hoch, v.a. wegen der Versicherung nach dem Wasserschaden.

Wortmeldung Max Abegg: es wäre schön, wenn wir die Bilanz und ER mit der Einladung erhalten könnte. Andreas Wisler: es ist terminlich zu knapp, um sie mit der Einladung zu verschicken; nächstes Mal werden wir aber Ausdrucke auflegen oder im voraus per Mail verschicken.

Bericht der Revisoren

Klaus Weisser verliest den Revisionsbericht. Er bestätigt, dass die Buchhaltung ordnungsgemäss geführt wurde, die Saldi von Kasse, Depositenkonto und Sparheften mit den Bankauszügen und Belegen übereinstimmen und die Jahresrechnung mit einem Gewinn von CHF 9'685.95 abschliesst. Er wird vollumfänglich dem Konto «Eigenkapital» zugeschlagen.

Der Revisionsbericht wird ohne weitere Wortmeldungen einstimmig genehmigt. Besten Dank an Klaus Weisser und Michael Büto für die geleistete Arbeit.

Genehmigung von ER und Bilanz

Die Jahresrechnung wird einstimmig genehmigt.

Déchargen-Erteilung an den Vorstand

Oder auch Erteilung der Entlastung des Vorstandes.

Gemäss Art. 65 Ziff. 2 ZGB resp. auch Art. 5 unserer Statuten übt die Vereinsversammlung die Aufsicht über die Vereinsorgane aus. Der Präsident stellt daher die Frage an die Anwesenden, ob sie sich mit der Arbeit des Vorstandes – d.h. mit der Erledigung der Vereinsgeschäfte und statutenkonformer Vereinsführung – für einverstanden erklären können. Dem Vorstand wird einstimmig Entlastung erteilt.

Budget 2012

Die Kassierin Cornelia Weiss informiert:



Clubnachrichten 2. Semester 2012



Es ist ein Verlust von CHF 6'520.— budgetiert; Grössere Abweichungen zum Budget 2011 und sonstige Kommentare:

- **Aufwand** (CHF 40'320.— gegenüber 37'930.— im 2011):
 - Trainingslager: dieses Jahr ist ein Budo-Weekend geplant: CHF 1'500.—
 - Die Züri-Meisterschaft findet 2012 in Wallisellen statt: CHF 5'000.—, gleiche Zahl für die Einnahmen budgetiert
- **Ertrag** (CHF 33'800.— gegenüber CHF 34'950.— im 2011):
 - Für die Züri-Meisterschaft sind CHF 5'000.— budgetiert, gleich viel wie für die Ausgaben.
 - Die Mitgliederbeiträge wurden um ca. CHF 4'000.— auf die effektiven im 2011 reduziert. Grund sind weniger Mitglieder.
 - Der Beitrag der Gemeinde ist rund CHF 1'500.— tiefer angesetzt, ebenfalls wegen den tieferen Mitgliederzahlen.
- Wortmeldung: Hans Keller: warum sinkt der Mietzins (Budget 2011: CHF 6'700.—, Budget 2012: CHF 4'800.—): Cornelia Weiss: wegen unseres Einsatzes bzg. Suchtprävention steigt voraussichtlich die Subvention der Gemeinde um diesen Betrag.
- Wortmeldung Ernst Jud: «Beitrag Gemeinde»: ist das nur Wallisellen? Andreas Wisler: ja, zum Teil (je nach Anzahl Kindern aus Dietlikon) kommt noch ein kleiner Betrag von Dietlikon dazu.
- Wortmeldung Max Abegg: «übrige Einnahmen»: was ist das? Andreas Wisler: Rückzahlungen der Versicherung.

Es gibt keine weiteren Wortmeldungen, das Budget wird einstimmig angenommen.

[Stimmberechtigte: ab jetzt 20, absolutes Mehr 11]

Wahlen und Ämter

Wahl des Vorstandes und der Revisoren

Es gibt dieses Jahr grössere Verschiebungen im Vorstand: Andreas Wisler steht bis Ende Juli noch als Präsident zur Verfügung, Peter Anliker ab 1. August. Andreas Deller wird ab GV 2012 als Vize-Präsident und Aktuar, Bernhard Gerber als Beisitzer und Dojo-Verantwortlicher vorgeschlagen. Folgende Wahlen werden vorgenommen:

- Bestätigung Roger Schwyter als Beisitzer Judo und Robert Sellaro als Beisitzer Ju-Jitsu: einstimmig
- Andreas Wisler als Präsident bis 31.7.2012: einstimmig
- Peter Anliker als Präsident ab 1.8.2012: einstimmig



Clubnachrichten 2. Semester 2012



[Stimmberechtigte: ab jetzt 21, absolutes Mehr 11]

- Andreas Deller als Vize-Präsident und Aktuar ab 16.3.2012: einstimmig
- Bernhard Gerber ab 16.3.2012 als Beisitzer und Dojo-Verantwortlicher: einstimmig
- Cornelia Weiss als Kassierin: einstimmig

Die Zusammensetzung des Vorstandes ist somit:

- Präsident: Andreas Wisler bis 31.7.2012, Peter Anliker ab 1.8.2012
- Vize-Präsident: Andy Deller
- Kassierin: Cornelia Weiss
- Aktuar: Andy Deller
- Beisitzer Judo: Roger Schwyter
- Beisitzer Ju-Jitsu: Robert Sellaro
- Beisitzer und Dojo-Verantwortlicher: Bernhard Gerber

Als Revisoren werden vorgeschlagen:

- 1. Revisor: Michael Bütö
- 2. Revisor: Glen Amgwerd
- 3. Revisor: Chiara Macchiazzano

Die bestehenden ersten beiden Revisoren werden einstimmig bestätigt, die neue Revisorin einstimmig gewählt.

Weitere Ämter

Diese müssen nicht gewählt werden. Auch hier gibt es gewisse personelle Änderungen, die Verantwortlichen sind somit:

- Materialverantwortlicher: Bernhard Gerber (bisher: Peter Anliker)
Sämtliche Bestellungen des Clubs – Mengenrabatt! – sind über Bernhard zu tätigen.
- Dojoverantwortlicher: Bernhard Gerber (bisher: Peter Anliker)
Alle Reservationen ausserhalb der üblichen Trainingszeiten sind bei Bernhard zu beantragen. Er kümmert sich um die Weiterleitung bzw. Mitteilung an die Gemeinde. Schadensmeldungen betr. Einrichtungen und Installationen sind ebenso wie andere Unregelmässigkeiten an Bernhard zu richten.
- Presse, PR: Andreas Wisler
Der SJV besteht auf einem/er Presseverantwortlichen in jedem Club.
- Sanitätsmaterial: Andreas Wisler
Andreas ist besorgt, dass das Sanitätsmaterial stets vollständig und gemäss Inventar zur Verfügung steht. Bestellungen für verbrauchtes Material werden von ihm veranlasst. Als Kuatsu-Instruktor hat er das nötige Fachwissen.
- J+S-Coach: Andy Deller
Seit einigen Jahren besteht J+S auf mindestens einem Coach pro Verein.
- Kursanmeldungen:



- Andreas Wisler für Ju-Jitsu (ausser J+S: Andy Deller)
- Andreas Wisler für Judo (ausser J+S: Andy Deller)
- Tatami-Reinigung: Cornelia Weiss
- Tatami-Reparaturen: Kurt Schneider

Anträge des Vorstandes

Der Vorstand hat keine Anträge.

Anträge der Mitglieder

Es sind bis zum Stichtag vom 1.3. keine Anträge an den Vorstand gestellt worden. Kurzfristige Anträge bedürften einer Zweidrittelmehrheit. Es werden aber keine solchen Anträge gestellt.

Varia

Trainingsfleiss

Dieses Jahr wurden wieder mehr Trainings besucht als letztes Jahr. Die Rangliste sieht folgendermassen aus:

1. Platz: Peter Rüesch 56 Trainings
2. Platz: Dave Gautschi 40 Trainings
3. Platz: Klaus Weisser 39 Trainings

4. Platz: Silas Dettwiler 33 Trainings
5. Platz: Erik Steiner 32 Trainings
6. Platz: Cornelia Weiss 30 Trainings

Die «Preisträger» Rang 1 bis 3 werden mit einem Applaus geehrt. Alle werden mit einem Gutschein von CHF 1.– pro Training von ex libris belohnt.

Rückblick 2011

Andreas Wisler zeigt Bilder einiger Anlässe:

- 22.05.2011: Züri-Meisterschaft
- 28.05.2011: Suchtprävention
- 27.06.2011: Judo-Prüfungen Kinder
- 29.06.2011: Judo-Prüfungen Erwachsene
- 12.11.2011: Freundschaftsturnier

Spezielle Anlässe 2012

Züri-Meisterschaft 3.6.2012. Andreas Wisler informiert:



- Dass wir hier zum Einsatz kommen, ist auf Terminprobleme innerhalb des ZJV zurückzuführen.
- Die Mehrzweckhalle bekommen wir gratis für den Anlass, das Foyer kostet etwas.
- Wir brauchen jeden Helfer, v.a. am Sonntag. Bitte macht Werbung.
- Alle Mitglieder und Helfer vom 2006 hat er schon angeschrieben. Die Rücklaufquote ist noch bescheiden, es melden sich aber spontan mehrere Helfer.

Daten und Anlässe 2012

Die aktuellen Daten können auf der Homepage eingesehen werden. Dies sind aktuell:

- 19.03.2012: Trainersitzung
- 01.04.2012: Anfängerturnier, Wetzikon
- 18.04.2012: DV ZJV
- Datum noch unbekannt: Budo-Weekend für Erwachsene
- 12.05.2012: DV SJV
- 30.09.2012: Swica ZO-Cup, Uster
- 15.-18.10.2012: Cat Week mit 7 Trainings
- 11.11.2012: Swica ZO-Cup, Wetzikon
- **15.03.2012: MV JKW**

Weitere Anlässe 2012

Für 2012 werden nach wie vor Organisatoren für gesellschaftliche Anlässe gesucht:

- Wanderung
- Skiweekend
- Velotour
- Samichlaus

Es wäre schön, diese Anlässe wieder durchführen zu können. Organisatoren melden sich bitte beim Vorstand!

Wortmeldungen

- Peter Anliker: bedankt sich für das Vertrauen dafür, dass er gewählt worden ist. Er betont, dass er auf Hilfe im Judo auf die «alten Hasen» angewiesen ist, da er vom Karate kommt. Er betont, dass er aber dank der familiären Atmosphäre des Vereins trotzdem ein gutes Gefühl für sein neues Amt habe.
- Peter Anliker bedankt sich speziell für Andreas Wislers Einsatz. Er überweist ihm ein Zertifikat des ZKS (Zürcher Kantonalverband für Sport) für ehrenamtliche Tätigkeit., wo Andreas' langjährige Tätigkeiten aufgelistet sind. Ausserdem überreicht ihm Peter einen Fruchtkorb. Andreas Wisler bedankt sich für beides und



betont, dass es eine nicht immer einfache, aber interessante Zeit als Präsident gewesen sei und er sich immer gut integriert gefühlt habe. Probleme habe es natürlich gegeben, aber die konnte man alle diskutieren und lösen.

Es gibt keine weiteren Wortmeldungen.

Der offizielle Teil der Versammlung schliesst um 20:20 Uhr. Es folgt das Essen, das vom JKW offeriert ist. Die Getränke zahlt jede(r) persönlich.

Wallisellen, 16./19.03.2012

Andy Deller, Aktuar

J+S-Informationen

Was ist J+S?

J+S (Jugend+Sport) ist das wichtigste Programm des Bundes zur Förderung und Unterstützung des Jugendsports ausserhalb des obligatorischen Sportunterrichts an den Schulen. Die Unterstützung beschränkte sich traditionsgemäss auf die 10- bis 20-Jährigen, bis vor wenigen Jahren das Programm J+S-Kindersport (alt: J+S Kids) eingeführt wurde, das die 5- bis 10-Jährigen ebenfalls einbezieht.

J+S will die Bindung von Kindern und Jugendlichen an die Ausübung sportlicher Aktivitäten erhöhen und ihre Einbettung in eine Sportgemeinschaft fördern. Ein weiteres Ziel ist, die Leiter im Hinblick auf ihre Tätigkeit mit einer guten Ausbildung gezielt auf ihre Aufgaben vorzubereiten

Status im JKW

Der JKW hat sieben J+S-Leiter im Judo und Ju-Jitsu, die sich laufend weiterbilden. Diese Weiterbildung beinhaltet mindestens jedes zweite Jahr einen Kursbesuch. Den sechstägigen Grundkurs, um überhaupt die Leiteranerkennung zu bekommen, haben natürlich alle dieser Leiter erfolgreich bestanden. Der JKW legt grossen Wert auf diese Ausbildung, um den Kindern und Jugendlichen optim

ale Lektionen zu ermöglichen.



Aktuelle Zahlen

Im 2011 nahmen 94'194 Kinder unter der Aufsicht von 17'223 J+S-Leitern an 7897 Kursen und Lager teil. Dafür wurden rund 7.6 Millionen Franken ausbezahlt. Mit Abstand am meisten Kurse bot mit 2'093 das Fussball an, gefolgt von Tennis mit 1'356 und Turnen mit 528. Judo liegt mit 171 Kursen im vorderen Mittelfeld, Ju-Jitsu mit 28 im hinteren Mittelfeld. Am hinteren Rand der Tabelle tauchen Sportarten wie Eiskunstlauf, Hornussen, Mountainbike und Nationalturnen (jeweils 1 Kurs) auf. Total sind 68 Sportarten in der Liste vertreten.

Aus dem SJV

Wettkampfregeln: Informationen und Neuerungen

Im Training für Trainer vom 23.04.2012 informierte uns unser Trainer und offizieller SJV-Kampfrichter Patrick Packes über die aktuellen Regeln im Wettkampf bei U14 und darüber. Dies ist sicher für alle interessant, deshalb folgt hier eine kurze Zusammenfassung. Genauere Informationen können bei den Trainern nachgefragt werden.

U14 und älter

- Seit 2006: Beim «**Diving**» (Eintauchen, Nackenrolle) wird der Kämpfer mit Hansoku-Make bestraft.
- **Hansoku-Make** gilt generell nur für den aktuellen Kampf; in der Trostrunde kann der Kämpfer ggf. weiterkämpfen. Ausnahme seit 2008: massive Beleidigungen des Gegners oder Kampfrichters von aussen.
- Seit 2008: Wenn ein Kämpfer eine **verbotene Handlung** begeht und der andere hieraus seinen **Vorteil** ziehen kann, wird der Kampf nicht unterbrochen. Sollte der Kämpfer, der ursprünglich die verbotene Handlung begangen hat seinerseits wieder in eine Vorteilsposition kommen, wird nicht mehr unterbrochen (Bsp.: Scheinangriff A, Osae-Komi B, Befreiung A und Osaekomi A).
- Seit 2009: Es gibt **kein Koka mehr**, sondern nur noch Yuko, Waza-Ari und Ippon.
- Seit 2009: **Haltezeiten (Osae-Komi)**: <15s: keine Wertung, 15-19s: Yuko, 20-24s: Waza-Ari, 25s: Ippon
- Seit 2009: **Strafen** für (Shido) werden wie folgt gehandhabt:
 - 1.Shido = freie Ermahnung
 - 2.Shido = Yuko für den Gegner.
 - 3..Shido = Waza-ari für den Gegner.



Clubnachrichten 2. Semester 2012



- 4. Shido = Ippon für den Gegner. (Der vierte Shido bedeutet Hansoku-make).
- Schon das 1. Shido ist auf der Tafel zu vermerken.
- Seit 2009: **Mattenrandregel**: Alle Aktionen sind gültig und können weitergehen (kein «Matte») so lange einer der beiden Kämpfer mit einem Teil seines Körpers die Kampffläche berührt (die gleichen Kriterien wie in Ne-waza).
- Seit 2010: **Finger fassen bei Juji-Gatame** ist in Ordnung, Finger umbiegen, um dem Griff zum Hebel zu lösen, wird mit Hansoku-Make bestraft.
- Seit 2010: **Haltegriffe mit Druck am Hals** (Kata-Gatame, Sankaku-Gatame) sind möglich und in allen Altersklassen grundsätzlich erlaubt.
- Seit 2010: **Kumi-Kata**:
 - Das Griff finden (Kumi-Kata) muss sehr viel schneller erfolgen.
 - Pistol- und Pocketgrip sind verboten, werden aber erst dann bestraft, wenn sie längerfristig zu defensivem Zweck gehalten werden.
 - Abgebeugtes Kämpfen ist zu bestrafen, wenn in kurzer Zeit nichts Positives passiert. Shido für beide Kämpfer ist hier möglich.
- Wertungen:
 - Ippon ist in Tachi-Waza, alles was voll auf den Rücken geht
 - Waza-Ari ist in Tachi-Waza für alle rollenden Bewegungen auf den Rücken zu geben
 - Yuko wird in Tachi-Waza von zu vielen KR gegeben, wenn Uke auf Seite-Bauch fällt. Wenn eine Tendenz zum Bauch gegeben ist, ist dies kein Yuko!
- Seit 2010: Jedes **direkte Greifen** oder berühren mit der Hand oder dem Arm unterhalb des Gürtels ist als erste Aktion verboten. Diese Griffe sind lediglich als Weiterführung einer Aktion (echte Kombination, keine Finte) oder als Konter auf einen echten Angriff zugelassen.
- Seit 2012: der zuerst aufgerufene Kämpfer kommt in **weiss** auf der rechten Seite des Kampfrichters auf die Matte.
- Seit 2012: **Gi-Grössen**: Die Kämpfer sind verantwortlich für die Überprüfung ihres Gis VOR Betreten der Matte. Die Konsequenzen bei Antreten in nicht regulärem Judogi sind: **direktes Hansoku-Make** (d.h. keine Möglichkeit mehr das Gi zu wechseln). Grösse des Gis:
 - Die Jackenärmel sollen maximal bis zum Handgelenk und mindestens bis 5cm oberhalb des Handgelenks reichen.
 - Die Hose soll lang genug sein, um die Beine zu bedecken und soll maximal bis zum Fussknöchel und mindestens bis 5cm oberhalb des Fussknöchels reichen.



U14

Diese Regeln gelten zusätzlich zu obigen Regeln für alle Jugendlichen unter 14, d.h. momentan bis und mit Jahrgang 1998. Hier wird besonders der Nacken und die Wirbelsäule geschützt und zudem geschaut, dass die Knie nicht übermässig belastet werden.

- **Verboten: Um den Hals fassen** (Koshi-Guruma). Shido bei Wiederholung.
- **Verboten: bei Hon-Ghesa-Gatame Ukes Kopf nach oben ziehen.**
- **Verboten: Kata-Gatame mit Druck auf Wirbelsäule.**
- **Verboten: Seoi-Nage direkt auf eines oder beide Knie.** Grund: Belastung für Toris Knie, Gefahr, dass Uke «in den Boden gespitzt» wird.
- **Hebel und Würger sind in dieser Altersklasse nicht erlaubt.** (U17: Würger erlaubt, Hebel nicht erlaubt). Der Veranstalter kann Ausnahmen erlauben, informiert aber darüber.

Ju-Jitsu: U21-Weltmeisterschaft (Duo) 11.-13.11.2011

Auch wenn es schon eine Weile her ist, verdient diese Weltmeisterschaft eine Erwähnung. Die beiden Schweizer Florian und Mathias Bachmann aus Emmenbrücke konnten sich gegen Polen, Italien und schlussendlich Slowenien gewinnen die Brüder verdient die Goldmedaille. Der Nationaltrainer David Wernli gratuliert den beiden.

Zusammengefasst von Andy Deller

Kuatsu: Das kleine Einmaleins bei Sportverletzungen

Im «Dojo 4/2011» auf den Seiten 40/41 gab Dr. Reta Tschopp Informationen, wie bei den häufigsten Sportverletzungen vorgegangen werden soll. Die Trainer des JKW wissen dank interner Weiterbildung Bescheid, das Thema ist aber auch für Andere interessant.

Einleitung

Die Hälfte der Sportverletzungen wird durch ungenügende Vorbereitung auf die körperliche Betätigung verursacht (sprich: fehlendes oder schlechtes Einlaufen), 25% durch Überlastung. Die Mehrzahl der Verletzungen betrifft Arme und Beine. Man unterscheidet zwischen stumpfen und spitzen Verletzungen.

Stumpfe Verletzungen

Diese entstehen durch Schläge, Stauchung, Quetschung oder Überdehnungen und schädigen das Gewebe und ev. Blutgefässe unter der Haut. Sie werden mit der **PECH**-Regel behandelt:

P = Pause

E = Eis



C = Compression (Verband)

H = hochlagern

Kühlung und Kompression vermindern das Bilden einer grossen Schwellung. Durch das Hochlagern gelangt weniger Blut in die betroffene Stelle, was ebenfalls die Schwellung vermindert. Natürlich darf die betroffene Stelle nicht mehr belastet werden. Achtung: zur Kühlung niemals Eis direkt auf die Haut legen (-> lokale Erfrierungen)! Stattdessen ein Tuch dazwischen legen oder im kalten Wasser 10-15 Minuten kühlen. Kältesprays sind wegen lokaler Erfrierungsgefahr ebenfalls nicht empfehlenswert.

Spitze Verletzungen

Hier ist die Haut offen und es tritt Blut aus. Offene Wunden je nach Grösse müssen desinfiziert und verbunden werden. Dazu nicht Watte verwenden (wegen der kleinen Fasern), sondern z.B. eine Gaze oder ein steriler Verband.

Stärkere Blutungen können durch Kompressionen zum Stillstand gebracht werden. Grössere Wunden müssen vom Arzt genäht oder geklebt werden. Achtung: aus der Wunde ragende Gegenstände (Messer, Knochen) dürfen nur verbunden werden, damit der Blutverlust nicht zu gross wird.

Zusammengefasst von Andy Deller

wurde am Swiss Judo Open in den Gewichtsklassen -48 kg (Damen) und -66 kg (Herren) analysiert, wie häufig angegriffen wurde und wie häufige diese Angriffe zum Erfolg führten.

Zusammenfassend sind folgende Punkte wichtig:

- Rund 10% der Angriffe führten zu einer Wertung. Eine hohe Anzahl (korrekt ausgeführter) Angriffe ist also entscheidend.
- Durchsetzungsvermögen im Griffkampf (Kumi-Kata) ist nötig, damit Würfe überhaupt möglich sind. Gewisse Judo-Lehrer sprechen vom Griffkampf sogar von einer eigenen dritten Disziplin neben Stand- und Bodenkampf.
- Ausdauer ist die Grundvoraussetzung, um überhaupt viele Angriffe durchziehen zu können.

Es ist also nicht ein entweder oder, sondern Qualität **und** Quantität sind der Schlüssel zum Erfolg, mindestens in internationalen Turnieren.

Zusammengefasst von Andy Deller

Bedeutung von Kontertechniken im internationalen Wettkampfsjudo

Im «Dojo» 1/2012 auf Seiten 26-29 wurde untersucht, welche Bedeutung Kontertechniken im internationalen Wettkampf haben, dies am Beispiel vom Grand Prix Düsseldorf, bei je zwei Gewichtsklassen Männer und Damen. Natürlich kann diese Untersuchung nur als Stichprobe gelten.



Trotzdem lohnt es sich, einige der Resultate herauszupicken und darüber nachzudenken:

- Weitaus am meisten Wertungen erhielten Direktangriffe
- Etwa ein Drittel der Wertungen war auf Konter zurückzuführen
- Konter waren erfolgreicher als Kombinationen
- Seit den Regeländerungen im 2010 (u.a. mit Verbot der direkten Beingreifer) führt aktives und risikobereites Judo vermehrt zum Sieg
- Grundlage für den Erfolg ist in allen Fällen das einwandfreie Beherrschen von Direktangriffstechniken in allen möglichen Situationen und Wurfrihtungen. So können diese Würfe auch als Konter eingesetzt werden.
- Eine explosive Ausführung der Techniken und ein konsequentes Durchziehen sind von grosser Wichtigkeit
- Solche Analysen führen immer wieder vor Augen, dass es schwierig ist, allgemeine Aussagen zu treffen und Judo in seiner Gesamtheit zu umfassen.

Die Resultate decken sich recht gut mit der Untersuchung vom letztjährigen Grand Prix in Düsseldorf (siehe «Judo: Tendenzen im internationalen Judo» in den Clubnachrichten 2/2011).

Zusammengefasst von Andy Deller

Termine

Mo 24.09.2012 19:45-	Training für Trainer, Dojo JKW; Thema: J+S Kids (Andreas Wisler)
Mo 24.09.2012 20:30-	Trainersitzung, Dojo JKW
So 30.09.2012	Swica ZO-Cup, Uster
Mo 15.10.2012 14-16	Cat Week: Ju.Jitsu (Robert Sellaro)
Di 16.10.2012 14-16	Cat Week: Ju.Jitsu (Patrick Packes)
Mi 17.10.2012 14-17	Cat Week: Judo (Andy Deller)
Do 18.10.2012 14-7	Cat Week: Judo (Patrik Sopran)
Fr 19.10.2012 9-11	Cat Week: Judo (Emil Schwyter)
So 11.11.2012	Swica ZO-Cup, Wetzikon
Sa 24.11.2012	Freundschaftsturnier JKW
Sa 15.12.2012	Prüfungstag JKW
Fr 15.03.2013	MV JKW

Trainingsplan

Montag	17:45-19:15	Judo Kinder (Stufe I Halbgelb, Gelb) Trainerin: Cornelia Weiss, Hilfstrainer: Andy Anliker
--------	-------------	---



Clubnachrichten 2. Semester 2012



	20:00-21:30	Freies Training für alle Stufen und Sportarten, Kampftraining Ju-Jitsu; Trainer: Robert Sellaro (SMS-Anmeldung)
Dienstag	18:15-19:45	Ju-Jitsu Kinder Trainer: Robert Sellaro
	20:00-21:30	Ju-Jitsu Erwachsene Trainer: Robert Sellaro
Mittwoch	18:15-19:45	Judo Kinder (Stufe III ab Gelb) Trainer: Andy Deller
	20:00-21:30	Judo Erwachsene Trainer: Andreas Wisler
Donnerstag	18:15-19:45	Judo Kinder (Stufe II Halbgelb, Gelb) Trainer: Patrik Sopran
	20:00-21:30	Karate Jugendliche und Erwachsene Trainer: Peter Anliker
Freitag	18:45-19:45	Judo-Kampftraining für Kinder und Jugendliche ab halbgelb Trainer: Robert Sellaro
Sonntag	11:00-13:00	oder nach Absprache: Krafttraining in Peters «Fit and Fight» Trainer: Peter Anliker (SMS-Anmeldung)

Telefonliste

Trainer

PACKES Patrick (Ju-Jitsu)
Schulstrasse 13a
8413 Neftenbach
E-Mail: s. unten

SOPRAN Patrik (Judo)
Im Geissacker 73
8404 Winterthur
E-Mail: s. unten



Clubnachrichten 2. Semester 2012



SELLARO Robert (Ju-Jitsu) 056 241 04 11 (P)
Sagistrasse 10 079 638 23 83 (P)
5425 **Schneisingen**
E-Mail: s. unten

WISLER Andreas (Judo) 052 232 11 12 (P)
Rotenbrunnenstr. 48 052 320 91 20 (G)
8405 **Winterthur** 079 282 88 89 (P)
E-Mail: s. unten

Präsident

ANLIKER Peter (Karate) 044 321 34 66 (P)
Sunnige Hof 32 079 394 92 59 (P)
8051 **Zürich**
E-Mail: s. unten

Kassierin

WEISS Cornelia (Judo) 044 233 03 21 (P)
Rotackerstrasse 40 079 567 30 53 (P)
8304 **Wallisellen**
E-Mail: s. unten

Redaktion

und Postadresse für Beiträge:

DELLER Andreas (Judo) 044 710 65 29 (P)
Lötschenmattstr. 7b
8912 **Obfelden**
E-Mail: s. unten

Redaktionsschluss jeweils in der dritten Woche Juni und Dezember.

Bemerkung E-Mail: Die E-Mail-Adressen setzen sich aus vorname.nachname@jkw.ch zusammen.

Mitglieder werben Mitglieder

Für jedes neu geworbene Mitglied gibt es CASH!



- Quatsche alle deine Schulkolleginnen und Kollegen an
- Bohre unerbittlich bei deinen Eltern nach
- Frag deine Onkels und Tanten
- Wieso sollen die Nachbarn verschont bleiben?



Der Judokai Wallisellen bietet ein **abwechslungsreiches Sportprogramm** für Kinder, Jugendliche und Erwachsene an. Da hat es für Jede und Jeden etwas Passendes dabei.

Für jedes neu geworbene Mitglied gibt es **10 Franken** bar!

Kleingedrucktes:

Die Prämie wird pro Mitglied nur einmal ausbezahlt. Der Name des Vermittlers muss auf der Anmeldung angegeben werden.



Gutschein

1 Monat

Judo, Ju-Jitsu, Karate

Effiziente Techniken, die Sicherheit und
Selbstvertrauen schaffen. Probieren Sie es aus!

Infos / Anmeldung Andreas Wisler andreas.wisler@jkw.ch	Judokai Wallisellen unterhalb Hallenbad www.jkw.ch	Mitnehmen: Trainer, Duschutensilien Gültig: bis 31.12.2012
--	--	--

Nützen Sie diesen Gutschein und lernen Sie Judo und/oder Ju-Jitsu und/oder Karate kennen und anwenden. Natürlich darf dieser Gutschein auch weitergegeben oder verschenkt werden. Wir freuen uns auf zahlreiche Interessente

Kleingedrucktes:

Gutschein pro Person nur einmal einlösbar. Gilt nur für neue Interessenten.

Der Gutschein liegt auch im Büro des Dojo auf.