



Inhaltsverzeichnis

Editorial.....	2
Aus dem Vereinsleben.....	3
Interview Benjamin Paul.....	3
Interview Sebastian Anderegg.....	4
Judo/Ju-Jitsu/Karate: 31.8.2016: Demo am Richtimärt.....	5
50 Jahre Judokai Wallisellen 1.10.2016.....	7
Judo: ZO-Cup Wetzikon 13.10.2016.....	9
Judo: Freundschaftsturnier 26.11.2016.....	10
Judo: Prüfung Gelbgurt Viviane Bovay 7.12.2016.....	14
Wanted: Person als Dojo-Verantwortliche(r).....	14
Termine.....	15
Kurse.....	15
Trainingsplan.....	16
Telefonliste.....	17
Trainer.....	17
Präsident.....	18
Kassierin.....	18
Redaktion.....	18



Editorial

Feiertage im Dezember einmal anders.....

Kurz vor Weihnachten konnte ich mir einen Traum erfüllen, ich (und meine Bank) habe ein Haus gekauft, so (fast) ganz nach dem Motto «Mann sollte Haus bauen, Baum pflanzen und Kinder zeugen» ging es erst richtig los.

Mein «Traumhaus» steht in Flaach, in der Nähe von Winterthur. Bis vor zwei Jahren residierte im Geschäftsteil (EG) die Post, mit alles was da so dazu gehört: Schalterhalle mit Panzerglasscheiben, Postfächer, riesige Schubladen aus Stahl und jede einzeln mit einem Spezialschlüssel abschliessbar. All das haben wir genauso angetroffen, nur das viele Geld in den Schubladen fehlte und von den 40 Postfächern fehlten 33 Schlüssel. Somit haben wir uns entschlossen, der Post keine Konkurrenz zu machen und nahmen den Vorschlaghammer in die Hand.

Zusammen mit drei Wänden in der Wohnung im Obergeschoss entsorgten wir gut 20 m³ Bauschutt. Aus finanziellen und «Handwerker-Stolz»-Gründen machen wir so viel wie möglich selbst, einzig von den sanitären Arbeiten lasse ich die Finger.

Während sich die Meisten in Festtagsstimmung brachten, stülpten wir die Overalls über und legten uns ins Zeug. Am 31.12. haben wir jedoch schon um 19:00 Uhr das Werkzeug beiseite gelegt, um den Jahreswechsel gebührend zu feiern. So ca. um 23:15 Uhr haben wir uns von der «TV-Schlafposition» Richtung Nachtruhe gemacht, wo wir dann auch sehr schnell eingeschlafen sind. Somit wurde es auch ganz ohne unser aktives Mitwirken 2017.

Und nun die Quintessenz:

Egal was du machst, welche Ziele du erreichen möchtest, wie viele Rückschläge du schon einstecken musstest, gib nie deine Träume und Wünsche auf und verfolge sie mit allem was du hast.

Ganz nach dem Motto von Bruce Lee (Kampfsport-Idol, 1940 – 1973)

«Knowing is not enough, we must apply; Willing is not enough, we must do»

wünsche ich euch ein super 2017 bei bester Gesundheit. Mögen all eure Wünsche und Träume in Erfüllung gehen.

Herzliche Grüsse, *Peter Anliker, Präsident*





Aus dem Vereinsleben

Interview Benjamin Paul

Mit Benjamin Paul setzen wir die Vorstellungsrubrik «Mitglieder JKW» fort:



Am 13.11.2016 wurde Benjamin im Kanton FR geboren, kurz danach zogen seine Eltern, Audrey und Nicolas, mit Benjamin und seinem zwei Jahre älteren Bruder Thomas nach Wallisellen.

Anfangs 2012 fielen Benjamin und seinem Bruder das JKW-Banner im Dojo auf, nach Recherchen im Internet und einem Probetraining, verfielen beide dem «Judofieber».

Seit Juni 2012 steht nun Benjamin ziemlich regelmässig auf den Matten. Der Wettkampferfolg liess auch nicht lange auf sich warten, verliess er doch bereits bei Freundschaftsturnieren schon 5 Mal die Arena als Sieger und erkämpfte sich erst kürzlich beim ZO-Cup in Wetzikon den dritten Rang.

Das Wettkampffieber hat ihn definitiv gepackt, Benjamin möchte es bis an die Weltspitze schaffen und bei einer Olympiade um den Sieg kämpfen.

Neben dem Judo interessiert er sich auch für Uni-Hockey, Tischtennis, Fussball und «Gamen». Aber sehr gerne unternimmt Benjamin auch mit seinen Kollegen und Freunden alles was Spass macht.

Beruflich hat Benjamin ebenso klare Ziele: zuerst wird das Gymnasium angestrebt, danach möchte er Tierarzt werden.

Interview: Andy Anliker





Interview Sebastian Anderegg

Aus dem gleichen Training stammt auch das Interview mit Sebastian Anderegg:



Mit dem halborangen Gurt ist Sebastian aktuell einer der beiden höchstgradierten Kinder im Training. In den letzten zwei Jahren hat er an vielen Wettkämpfen teilgenommen und sich dabei immer mehr gesteigert. In diesem Jahr konnte er sich sogar über den 1. Platz an der Nachwuchsmeisterschaft in Wetzikon freuen.

Q: Sebastian, erzähle uns doch ein paar persönliche Sachen von Dir.

A: Gern, ich bin 12 Jahre alt und habe einen 10-jährigen Bruder. Aktuell gehe ich in die 6. Klasse im Mösli. Wenn ich nicht gerade am lernen bin

gehe ich ins Judo oder am Samstag in die Pfadi. Seit vier Jahren, 1. Dezember 2012, trainiere ich Judo im Judokai.

Q: Wie kamst Du zum Judo?

A: Wie bei so vielen waren Kollegen «Schuld»: Thomas Paul und Balint waren im Judo, deshalb wollte ich es ebenfalls ausprobieren. Nach dem Schnuppern während der Cat Week hat es mir dann so gut gefallen, dass ich mich beim JKW anmeldete. Thomas ist immer noch dabei, und es gefällt mir nach wie vor gut.

Q: Was gefällt Dir denn am Judo besonders?

A: Es gibt im Stand nur Würfe und keine Schläge und Tritte wie im Karate oder Ju-Jitsu. Es gefällt mir, dass Judo sanft ist und nicht zum Ziel hat, dem Anderen Schmerzen zuzufügen. Das Training hier im Judokai gefällt mir hingegen sehr gut.

Q: Gibt es auch etwas, was Dir im Judo nicht so gefällt?

A: Nun ja, wenn man an einem Wettkampf ist und der Kampf in wenigen Sekunden zu Ende ist, ist das schon nicht so motivierend. Zum Glück passiert mir das nicht mehr so häufig. Zudem freue ich mich, wenn ich endlich Hebel und Würger im Kampf anwenden darf – das ist nämlich bis jetzt verboten in meinem Alter!

Q: Hast Du auch schon andere Kampfsportarten ausprobiert?

A: Ja, an der Cat Week schnupperte ich Kwan-Ki-Do und Kung-Fu. Es war zwar auch spannend, aber wegen den Schlägen nicht so mein Ding. Da gefällt mir Judo schon viel besser.



Clubnachrichten 1. Semester 2017

Q: Kannst Du im Alltag vom Judo profitieren?

A: So direkt nicht, aber ich denke schon, dass ich dank dem Judo mehr Kraft habe. Zudem macht es mich sicherer, zum Beispiel wenn es irgendwo dunkel ist.

Q: Was denken Deine Kollegen vom Judo; kennen sie Judo überhaupt?

A: Zwei meiner Kollegen – darunter Thomas, der immer noch dabei ist – kennen Judo und finden es lässig. Bei den anderen ist es mehr so, dass sie sich unter Judo etwas wie Karate vorstellen und sich nicht so dafür interessieren.

Q: Was hast Du für Ziele in den nächsten Monaten oder Jahren?

A: Zuerst mal möchte ich im Frühling die Gymi-Prüfung bestehen. Fuer diese bin ich momentan kräftig am üben. Natürlich möchte ich weiter Gurtprüfungen ablegen und Wettkämpfe bestreiten. Am liebsten würde ich natürlich wieder einen Pokal gewinnen wie dieses Jahr bei der Nachwuchsmeisterschaft in Wetzikon! So als Fernziel möchte ich Trainer werden.

Vielen Dank fürs Gespräch und weiterhin viel Spass und Erfolg im Judo!

Interview: Andy Deller

Judo/Ju-Jitsu/Karate: 31.8.2016: Demo am Richtimärt

Das Wetter hätte nicht besser sein können: bei strahlendem Sonnenschein legte der Judokai auf dem Richtimärt seine Matten aus. Ziel: Vorzeigen unserer drei Sportarten Judo, Ju-Jitsu und Karate.

Nach einem gemeinsamen Einlaufen zeigten die Judokas, wie man einen Gegner am einfachsten auf dem Rücken fixiert, wenn er am Boden liegt. Als nächstes folgten einige Würfe, mit welchem Uke (der Gegner) überhaupt einmal auf den Boden geworfen werden, damit die Festhalter angewendet werden können. Als Letztes wurden Übergänge vom Stand direkt in Bodentechniken, inklusive Hebel gezeigt, bevor mit Übungskämpfen das Thema Judo abgerundet wurde.

Im Ju-Jitsu wurden dem Publikum zuerst einfache Abwehrtechniken präsentiert, mit welchen man sich gegen würgen, ziehen und andere Angriffe wehren kann. Diese sind auch für Anfänger leicht erlernbar. So richtig zur Sache ging es danach mit Schlägen und Tritten, für welche Pratzen (Schaumstoffkissen) zum Schutz verwendet wurden. Auch hier durfte natürlich die Demonstration von Kämpfen nicht fehlen, wobei das Repertoire dank Schlägen, Tritten und mehr Hebeln und Würger gegenüber dem Judo deutlich erweitert ist.

Viele Techniken wurden von den Kindern und Erwachsenen gleichermassen vorgeführt – waren vielleicht deshalb auch die Kinder mit vollem Eifer dabei?

Als dritte Sportart kam Karate an die Reihe. Zentrale Elemente im Karate sind Schläge und Tritte. Um noch etwas Neues zu zeigen, demonstrierten die Teilnehmer deshalb drei Katas, d.h. festgelegte Bewegungsreihenfolgen von Abwehren und nachfolgenden Angriffen. Dem einen oder anderen kamen solche Bewegungen eventuell aus Kampfkunsthilfen bekannt vor.



Clubnachrichten 1. Semester 2017



Nach einer guten Stunde waren die Vorführungen vorbei. Wer sich für unsere Sportarten interessiert oder die Demo verpasst hat, war herzlich an unsere Jubiläumsfeier vom 1.10.2016 im Dojo direkt unter dem Hallenbad eingeladen (Bericht weiter unten).

Andy Deller



Angrüssen



Judo mit den Kindern



Ju-Jitsu in Action



Karate-Vorführung (Kata)



50 Jahre Judokai Wallisellen 1.10.2016

Am Samstag, 1. Oktober 2016 feierte der Judokai Wallisellen sein 50-jähriges Bestehen mit einem Tag der offenen Türen. Abwechslungsreiche Trainings luden zum Mitmachen ein.

Vor 50 Jahren wurde der Judokai Wallisellen gegründet. Zu Beginn waren nur wenige Mitglieder im Training, aber mit den grösser werdenden Trainingsräumen kamen auch mehr Kinder, Jugendliche und Erwachsene dazu. Mit dem Umzug an den heutigen Standort, unter dem Hallenbad Wallisellen, konnten Trainings in den drei Sportarten Judo, Ju-Jitsu und Karate angeboten werden. Ein toller Erfolg, der mit einem Tag der offenen Türen gebühlich gefeiert wurde.

Den Start machte das Judo-Training, geleitet von Andreas Deller. Zahlreiche Mitglieder, aber auch viele Gäste fanden den Weg dazu ins Dojo. Von 6 bis 66 Jahren war alles auf den Matten. Ein intensives Aufwärmen, bei dem alle ins Schwitzen kamen, bereitete auf die verschiedenen Techniken vor. Zuerst Festhalter am Boden, danach Würfe und zum Schluss die Kombination, direkt vom Stand in den Boden und den Partner für einige Sekunden festhalten. Nach 75 Minuten zeigten die höher Gradierten eine Demo mit den spektakulärsten Techniken. Der Applaus bewies, dass die Demo gut ankam.

Nun lud der Judokai zum Zmittag ein. Alle konnten sich am Buffet stärken. Allen vielen Dank, die dazu beigetragen haben.

Direkt nach dem Essen folgten die Ansprachen. Gleich vier Präsidenten waren anwesend: der Gemeindepräsident Bernhard Krismer brachte die Grussbotschaft des Gemeinderates, Daniel Kistler, Präsident des Schweizerischen Judo & Ju-Jitsu Verbandes, lobte das Vereinswesen, David Weingartner, Präsident des Zürcher Judo & Ju-Jitsu Verbandes, meinte, dass er keinen Verein vorfand, sondern eine Judo-Familie. Den Abschluss machte Peter Anliker, Präsident des Judokai Wallisellen. Vielen Dank allen Vieren für ihre Grussbotschaften. Ein spezieller Dank geht an die Gemeinde, welche ein grosszügiges Geschenk mitbrachte. Wir werden dies gerne in unsere Kinder und Jugendlichen investieren.

Nun hiess es wieder das Judogi (Trainingsanzug) anziehen. Ju-Jitsu und Karate standen an. Wiederum durften alle beim abwechslungsreichen Training von Robert Sellaro und Peter Anliker mitmachen. Im Ju-Jitsu galt es, verschiedene Angriffe abzuwehren und den Gegner anschliessend zu kontrollieren. Das Karate-Training umfasste verschiedene Fusstritte. Nach dem abwechslungsreichen Training zeigten die Profis, welche Techniken es noch gibt und wie man sich effektiv zur Wehr setzen kann.

Viel zu schnell verging die Zeit. Allen Mitmachenden, aber auch den zahlreich anwesenden hat der Tag sehr gut gefallen. Viel Neues konnte gelernt werden. Wir freuen uns auf ein Wiedersehen im Training.

Andreas Wisler



Clubnachrichten 1. Semester 2017



Judo-Vorführung, Ju-Jitsu-Training, fröhliche Zuschauer, das beliebte Zerbrechen der Holzbretchen, und Gruppenbild mit Präsident des SJV, Gemeindepräsident, ZJV-Präsident und JKW-Präsident



Judo: ZO-Cup Wetzikon 13.10.2016

Mit einem grossen Teilnehmerfeld nahm der JKW am letzten Zürcher Oberländer Cup in diesem Jahr teil. Neun Judokas des JKW erschienen pünktlich zum wägen. Für Sanaa und Omnia war es die erste Wettkampfteilnahme und dementsprechend galt es, die ersten Erfahrungen an einem Turnier zu sammeln.

Beherzt ging es mit den jüngsten und leichtesten Teilnehmern nach dem traditionellen gemeinsamen Einturnen los. Sanaa durfte als erste Kämpferin für den JKW antreten. Berücksichtigt man, dass sie erst seit ein paar Monaten Judo macht, hat sie sich sehr gut geschlagen und sich sehr gut auf der Matte bewegt. Leider wurde sie für ihren Einsatz schlecht belohnt und an ihrer ersten Teilnahme reichte es noch nicht ganz zum ersten Sieg.

Es war motivierend zu beobachten, dass bei den weiteren Kämpfern sichtbare Fortschritte zu früheren Wettkampfteilnahmen zu erkennen sind. So konnte zum Beispiel Nikolai in zwei Kämpfen drei Waza-Ari erzielen und dies mit drei unterschiedlichen Techniken. Folgerichtig gewann er dann auch zwei seiner drei Einsätze und wurde mit dem zweiten Platz in seiner Gruppe belohnt.

Leider musste ich dann den Wettkampfort verlassen, da die Arbeit rief. Es war schön zu beobachten, dass der JKW als kleines Team auftrat und die Kinder sich gegenseitig lautstark unterstützten und auch gut von ihren Eltern betreut wurden. Für diesen Einsatz allen ein grosses Dankeschön, welche sich an diesem kalten Novembersonntag Zeit genommen haben, nach Wetzikon in die Turnhalle zu kommen.

Ein weiterer Dank auch an den JC Wetzikon für die perfekte Organisation vor Ort und den Einsatz zur Förderung unserer Judokinder!

Das Schöne an diesen Turnieren des ZO-Cup: am Ende des Tages werden alle Teilnehmenden für ihr Dabeisein und ihren Einsatz mit einer Medaille belohnt. Dazu allen herzliche Gratulation!



"unser" Nikolai Bühlmann auf Platz 2



Thomas Paul (re) in der schwierigsten Gruppe



Die Resultate:

- Sanaa Faresse, Rang 3
- Alisha Ferguson, Rang 2
- Nikolai Bühlmann, Rang 2
- Benjamin Paul, Rang 3
- Joshua Ferguson, Rang 3
- Rayan Laroui, Rang 3
- Ines Laroui, Rang 3
- Omnia Soliman, Rang 3
- Thomas Paul, Rang 3

Marc Bühlmann

Judo: Freundschaftsturnier 26.11.2016

Am 26. November fand zum 16. Mal das Judo-Freundschaftsturnier mit sieben Vereinen statt.

Nach dem obligaten Wägen startete pünktlich um 10 Uhr das Aufwärmen. 42 Kinder aus Diessenhofen, Dietikon, Kloten, Winterthur Seen, Zürich-Affoltern, Zürich-Wipkingen und Wallisellen standen auf den Matten. Während dem gemeinsamen Training wurden im Hintergrund die Gruppen gebildet. Jeweils vom Gewicht und der Erfahrung her wurden die Kids in Vierergruppen eingeteilt. Da viele zum allerersten Mal an einem Turnier teilnahmen, wurden zuerst die Wettkampffregeln erläutert und gezeigt.

Danach startete das Turnier. In der Folge konnten schöne Kämpfe bewundert werden. Alle Kinder zeigten, was sie im Training gelernt hatten. Natürlich war es nicht so einfach, wie vielleicht zuerst gedacht; der Gegner wehrte sich, und so mussten die Techniken unter erschwerten Bedingungen ausgeführt werden. Auch wenn mal ein Wettkampf verloren wurde, war die Enttäu-



Alle Teilnehmer des Judokai Wallisellen



Clubnachrichten 1. Semester 2017



schung zwar ersichtlich, aber das Lachen kam schnell wieder zurück.

Jedes Kind hatte im Minimum drei Wettkämpfe zu meistern. Jede Kategorie wurde dabei abwechselnd drangenommen, damit die Wartezeiten so klein wie möglich waren und der Körper nicht kalt wurde. Mit viel Elan zeigten die Kleinen wie auch die Grossen schönes Judo.

Nach zweieinhalb Stunden waren alle Kämpfe durch und die Rangverkündigung startete. Alle durften in der Folge eine Medaille in Empfang nehmen. Auch wenn vielleicht nicht der erste Platz das Ergebnis war, strahlten alle Kinder über die tolle Leistung.

Herzliche Gratulation allen Wettkämpferinnen und Wettkämpfer! Die Resultate:

20 - 21 Kilogramm

Rang 1:	Pascal Blöchlinger	Budo Seen
Rang 2:	Maggi Rüegg	Judo + Ju-Jitsu-Club Affoltern
Rang 3:	Koa Balke	Judo Sportclub Dietikon
Rang 3:	Valerio Ghizzioli	Judo + Ju-Jitsu-Club Affoltern

23 - 27 Kilogramm

Rang 1:	Nils Wisler	Budo Seen
Rang 2:	Wanja Knechtle	Judo Sportclub Dietikon
Rang 3:	Sanaa Faresse	Judokai Wallisellen
Rang 3:	Phyllis Pfiffner	Judo Sportclub Dietikon

27 Kilogramm

Rang 1:	David Keller	Judo + Ju-Jitsu-Club Affoltern
Rang 2:	Alisha Ferguson	Judokai Wallisellen
Rang 3:	Mark Kraus	Budo Seen
Rang 3:	Leon Sikic	Judo + Ju-Jitsu-Club Affoltern

28 - 31 Kilogramm

Rang 1:	Eitan Gabay	Judo- + SV-Club Zürich
Rang 2:	Ramiro Müller	Z-Sport Diessenhofen
Rang 3:	Lou Hofer	Judo- + SV-Club Zürich
Rang 3:	Guillaume Julien	Judokai Wallisellen

28 - 30 Kilogramm

Rang 1:	Leon Wilhelm	Judo Sportclub Dietikon
---------	--------------	-------------------------



Clubnachrichten 1. Semester 2017



Rang 2:	Nikolai Bühlmann	Judokai Wallisellen
Rang 3:	Gian Oswald	Budo Seen
Rang 3:	Noemi Rudolf	Judokai Wallisellen

29 - 33 Kilogramm

Rang 1:	Lennard Koppensteiner	Judo + Ju-Jitsu-Club Affoltern
Rang 2:	Benjamin Paul	Judokai Wallisellen
Rang 3:	Cédric Stäheli	Z-Sport Diessenhofen
Rang 3:	Joshua Ferguson	Judokai Wallisellen

34 - 36 Kilogramm

Rang 1:	Yves Möckli	Judo Sportclub Dietikon
Rang 2:	Marco Stojiljkovic	Judo + Ju-Jitsu-Club Affoltern
Rang 3:	Rayan Laroui	Judokai Wallisellen
Rang 3:	Christopher Hany	Z-Sport Diessenhofen

35 - 38 Kilogramm

Rang 1:	Sonja Hedinger	Z-Sport Diessenhofen
Rang 2:	Samantha Burren	Judo + Ju-Jitsu-Club Affoltern
Rang 3:	Gabriela Gagaine	Judo Club Kloten
Rang 3:	Ines Laroui	Judokai Wallisellen

38 Kilogramm

Rang 1:	Samuel Wieland	Z-Sport Diessenhofen
Rang 2:	Lisjon Shabani	Judo + Ju-Jitsu-Club Affoltern
Rang 3:	Milan Stojiljkovic	Judo + Ju-Jitsu-Club Affoltern
Rang 3:	Angelo Navarra	Judo Sportclub Dietikon
Rang 3:	Dario Rudolf	Judokai Wallisellen

40 - 65 Kilogramm

Rang 1:	Moesha Wymann	Judo Club Kloten
Rang 2:	Jasmin Mall	Judo Club Kloten
Rang 3:	David Frese	Z-Sport Diessenhofen
Rang 3:	Danil Aniskovick	Judo Club Kloten
Rang 3:	Sarah Hedinger	Z-Sport Diessenhofen



Clubnachrichten 1. Semester 2017



Die Kinder am kämpfen...



...auch am Boden...



...und nach dem Turnier



Judo: Prüfung Gelbgurt Viviane Bovay 7.12.2016

Am Mittwoch trat Viviane zu ihrer ersten Judoprüfung an. Sie war etwas nervös, da ihr Uke Andy Deller, mit welchem sie zuvor trainiert hatte, verletzungsbedingt ausfiel. Andreas Wisler stellt sich freundlicherweise kurzfristig als Uke zur Verfügung.

Nach einem kurzen Einlaufen zeigte Viviane alle geforderten sechs Würfe rechts und links vor. Ein paar Würfe als Uke und ein Yaku-Soku-Geiko rundeten das Standprogramm ab.

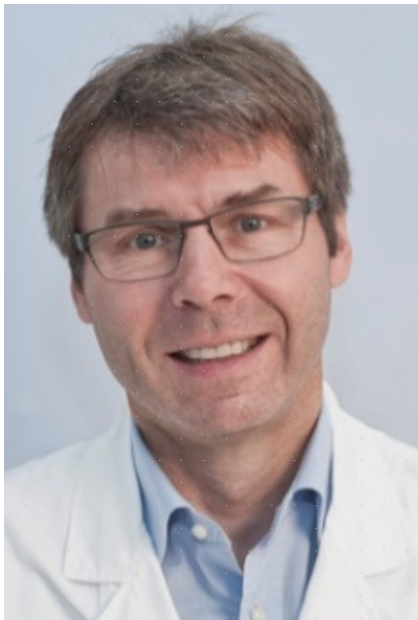
Danach waren die Bodentechniken gefragt: vier Festhalter inklusive Befreiungen, Umdrehtechniken aus Bauch- und Bankposition sowie Guard-Position aus Unter- und Oberlage wurden von Viviane gefordert. Auch ein Bodenrandori, um die Techniken anzuwenden, durfte nicht fehlen. Nach ein paar abschliessenden Theoriefragen war das Urteil klar: Viviane hatte die Prüfung trotz erschwerten Bedingungen mit Bravour bestanden. Herzliche Gratulation!

Andy Deller

Wanted: Person als Dojo-Verantwortliche(r)



Seit 2012 ist Bernhard Gerber im Vorstand für unser Dojo verantwortlich.



Er hat diese Aufgabe bravourös gemeistert und den JKW in allen Belangen optimal vertreten.

Leider hat Bernhard seinen Rücktritt aus dem Vorstand beschlossen, ein ganz herzliches Dankeschön im Namen des JKW für seine geleisteten Dienste!

Somit ist die Besetzung des Dojo-Verantwortlichen nun vakant. Wir gehen zwar gewisse Personen direkt an, sind aber auch sehr offen für weitere Vorschläge.

Wer sich angesprochen fühlt, kontaktiert bitte direkt Peter Anliker unter peter.anliker@jkw.ch oder direkt unter 079 394 92 59. Natürlich kann auch im Training ein Vorstandsmitglied angesprochen werden.



Termine

Fr 10.03.2015	MV Judokai Wallisellen
Sa. 11./18./25.03.2017 10:00-11:30	Judo: Vorbereitungstage Prüfung, Dojo JKW
So 26.03.2017	Judo: ZO-Cup, Uster, bis und mit Orangegurt U15
Di 28.03.2017	Ju-Jitsu Prüfungen
Mi 29.03.2017	Judo-Prüfungen
So 11.06.2017 (prov.)	Judo: Schülerturnier, Uster
Sa 17.06.2017	National Judo Day, Bern (kein Wettkampf, sondern Kurs)
So 18.06.2017	National Ju-Jitsu Day, Bern (kein Wettkampf, sondern Kurs)
So 09.07.2017	Judo: ZO-Cup, Uster, bis und mit Orangegurt U15
Mo 16.10.-Fr 20.10.2017	Cat week mit Judo und Ju-Jitsu – bei Klassenkameraden Werbung machen!
So Mitte Nov. 2017 (prov.)	Judo: ZO-Cup, Wetzikon (Widum), bis und mit Orangegurt
Sa 18.11.2017 (prov.)	Judo: Freundschaftsturnier Dojo Wallisellen, bis und mit Grüngurt
Mo 03.12.2017	Judo & JJ: Chlaustraining

Kurse

Unter <http://www.sjv.ch> -> Agenda sind Kurse ersichtlich, welche von allen Judokas mit gültigem Pass besucht werden können. Solche Kurse sind immer interessant, da sie von anerkannten Experten gegeben werden. Die Anmeldung kann jede(r) selber vornehmen, eine Teilnahme mehrere Mitglieder am selben Kurs kann aber Sinn machen.



Trainingsplan

Montag	17:45-19:15	Judo Kinder (Stufe I, weiss bis gelb) Trainer: Antonio Sangiovanni / Andreas Wisler mit J+S-Kindersport-Elementen
	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, Hilfstrainer Dave Gautschi
Mittwoch	18:15-19:45	Judo Kinder (Stufe III ab halbgelb) Trainer: Andy Deller
	20:00-21:30	Judo Erwachsene Trainer: Emil Schwyter
Donnerstag	17:45-19:00	Judo Kinder (Stufe II, weiss bis gelb) Trainer: Antonio Sangiovanni
	19:00-20:15	Bodenrandori für Jugendliche und Erwachsene Trainer: Antonio Sangiovanni
	20:15-21:30	Karate Jugendliche und Erwachsene (nach Voranmeldung) Trainer: Peter Anliker
Freitag	18:30-19:45	Ju-Jitsu-Kampftraining für Kinder, Jugendliche und Erwachsene ab halbgelb Trainer: Robert Sellaro



Telefonliste

Trainer

GAUTSCHI Dave (Ju-Jitsu)

Industriestrasse 16

8610 **Uster**

E-Mail: s. unten

SANGIOVANNI Antonio (Judo)

Zürcherstrasse 139

8102 **Oberengstringen**

E-Mail: s. unten

SCHWYTER Emil (Judo) 052 343 47 69 (P)

Rappenstrasse 18

8307 **Effretikon**

E-Mail: s. unten

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



Clubnachrichten 1. Semester 2017



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) 043 233 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.