

der budoka



3 / 2013
März

Dachverband für Budotechniken
Nordrhein-Westfalen e.V.

3,50 €



Judo-Grand-Prix
in Düsseldorf



**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.

Volker Marczona
Poststr. 48 a
47198 Duisburg
Tel.: 02066 37304
E-Mail:
Volker.Marczona@t-online.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: nwjiv@netcologne.de
Internet: www.ju-jutsu-nwjiv.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
Lohsestr. 3-5
50733 Köln
Tel.: 0221 1794271
Tel.: 0221 1794274
Fax: 0221 1794273
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.

Geschäftsstelle
Andreas Kress
Nordring 15
50765 Köln
Tel.: 0221 7405666
Fax: 0221 7409900
E-Mail:
Kress.andreas@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.

Paul Weiler
Malvenweg 27
51061 Köln
Tel.: 0221 639518
Fax: 0221 6367863
E-Mail: P.Weiler@itf-d.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.

Geschäftsstelle
Manfred Eckert
Melatenweg 144
46459 Rees
Tel.: 02851 58490
Fax: 02851 2921
E-Mail: info@wushu-nrw.de
Internet: www.wushu-nrw.de

Erster Handlungsleitfaden für NRW-Vereine

Tabus sind hier völlig fehl am Platz: Zum Schutz vor sexualisierter Gewalt im Sportverein leistet der Landessportbund NRW aktive Unterstützung bei der Umsetzung von präventiven Maßnahmen. Deshalb gilt der erstmals veröffentlichte „Handlungsleitfaden für Vereine - vorsorgen, erkennen, handeln“ als weiterer wichtiger Baustein für die Initiative „Schweigen schützt die Falschen“. In Kooperation mit der Landesregierung NRW engagiert sich der LSB NRW bereits seit 1996 intensiv bei der Prävention und Intervention sexualisierter Gewalt im Sport.



Der 42 Seiten umfassende „Handlungsleitfaden für Vereine“ richtet sich vor allem an die Verantwortlichen in Sportvereinen und will über die besondere Problematik aufklären, wenn ein entsprechender Verdachtsfall auftritt, sowie Unterstützung bei der Umsetzung von Präventionsmaßnahmen leisten. LSB-Präsident

Walter Schneeloch sieht den Handlungsleitfaden als Chance für die Vereine: „Dieses wichtige Thema sollte in keinem Verein mehr tabuisiert werden. Sport im Verein ist keine geschützte Insel – wir müssen Kinder und Jugendliche vor Grenzüberschreitungen und Missbrauch schützen und dieses wichtige Thema offen in jedem Sportverein kommunizieren.“ Diese Broschüre, die Rat geben und Vorschläge zum Handeln unterbreiten will, ist kostenlos erhältlich über sportshop@lsb-nrw.de per E-Mail.

Sport schafft emotionale Nähe – das soziale Miteinander ist sehr wichtig geworden und fasziniert viele. Aber gerade diese emotionale Nähe und die Betonung der Körperlichkeit machen den Sport für potenzielle Täter und Täterinnen so attraktiv. Ein koordiniertes und individuell abgestimmtes Vorgehen gewährleistet den Schutz aller Beteiligten im System des Sports und führt zur erforderlichen Handlungssicherheit bei den Verantwortlichen. Walter Schneeloch verdeutlicht: „Die Mitwirkung der Vereine an der gemeinsamen Initiative „Schweigen schützt die Falschen!“ sowie das persönliche Engagement sind bereits vorbildlich. Potenziellen Tätern und Täterinnen wird kompromisslos und klar signalisiert: Wir sehen ganz genau hin!“

INHALT



Judo: Grand-Prix-Turnier in Düsseldorf _____ 4

Judo:

- Foto-Nachlese DEM Riesa _____ 14
- Westdeutsche Einzelmeisterschaften U 18 und U 21 _____ 16
- Jahrestagung der Sportjugend NRW _____ 19
- Schulmeisterschaften G-Judo und L-Judo _____ 21

Krafttraining, Teil 42 _____ 24

Nage-waza-ura-no-Kata, Teil 3 _____ 26

Impressum _____ 30

Aikido: Das neue Trainingsjahr _____ 31



Hapkido: Landesmeisterschaften Technik _____ 32

Hapkido: Waffen im Hapkido _____ 33



Jiu Jitsu: Japan-Reisebericht _____ 34

Jiu Jitsu: Lehrgangsberichte des DJJB NW _____ 38

Jiu Jitsu: Dan-Prüfung des DFJJ NW _____ 40



Ju Jitsu: Lehrgangsberichte _____ 41

Karate: Fortbildungsmaßnahme _____ 42

Taekwon-Do: Verbandsjubiläum _____ 43

Wushu: Dan-Vorbereitung _____ 44

Ausschreibungen _____ 45

Titelseite: Judo-Grand-Prix in der Düsseldorfer Mitsubishi Electric Halle: Benjamin Münnich vom JC Bushido Köln stellt den Ungarn Laszlo Cosknyai „auf den Kopf“

Foto: Christian Schiebl

Judo-Grand-Prix in Düsseldorf





Marc Odenthal besiegt den Mongolen Jan-chivdorj Bunddorj; oben mit Trainer Daniel Gürschner

Die „jungen Wilden“ überzeugen

Marc Odenthal und Yannick Gutsche belegen mit hervorragenden Leistungen Rang sieben. Für alle anderen NWJV-Athleten endet der Wettkampf bereits nach der Vorrunde.

Mit insgesamt acht Aktiven (zwei Frauen, sechs Männer) waren die Judokas aus NRW beim diesjährigen Grand-Prix in Düsseldorf vertreten. Sonja Wirth und Aaron Hildebrand mussten krankheitsbedingt auf eine Teilnahme verzichten, Miryam Roper ging wegen einer Verletzung nicht an den Start. In der mit 3.000 Zuschauern ausverkauften Mitsubishi Electric Halle kämpften rund 400 Aktive aus 45 Nationen um Titel und Medaillen.

Den stärksten Eindruck aus NWJV-Sicht hinterließen zweifellos die 90 kg-Athleten Marc Odenthal und Yannick Gutsche, die beide auf Rang sieben landeten und damit eindrucksvoll ihre Zugehörigkeit zur internationalen Spitze unterstrichen. Marc bekam es in seiner Auftaktbegegnung mit dem langen Japaner Shohei Shimowada, dem Sieger der European Open von Budapest, zu tun. Nach anfänglichen Schwierigkeiten mit der starken Kumi-kata des Asiaten fand Marc immer besser in den Kampf und beförderte seinen Kontrahenten nach gut zwei Minuten mit einem kraftvollen Hiza-guruma auf den Rücken. In Runde zwei wartete dann Janchivdorj Bunddorj aus der Mongolei. Unermüdlich angefeuert von den kleinen und großen Deutschland- und NWJV-Fans zeigte Marc sein schönstes Judo und gewann nach Wazaari-Führung mit einem Bilderbuch-Uchi-mata vorzeitig. Verdienter Lohn war der Einzug ins Viertelfinale. Dort war der Gegner kein Geringerer als Varlam Liparteliani, der amtierende Europameister. Marc ließ sich davon jedoch nicht beeindrucken, sondern suchte aggressiv den Ippon. Nach etwas mehr als vier Minuten musste er jedoch die Überlegenheit des Georgiers anerkennen und sich durch einen Seoi-nage geschlagen geben. Das Turnier war aber noch nicht beendet für den 22-jährigen Nachwuchskämpfer. In der Trostrunde wollte er sich Bronze sichern. Gegner war der Franzose Axel Clerget, der zuvor unter anderem den Deutschen Florian Germ-

roth aus dem Turnier geworfen hatte. Marc zeigte nur wenig Respekt und setzte Clerget konsequent unter Druck. Diesem gelang aber ein Yuko durch Tomoe-nage, was Marc nicht mehr aufholen konnte. Somit musste er sich letztlich mit Platz sieben begnügen.

Trotz dieser Niederlage zog er nach dem Ende der Kämpfe ein positives Fazit: „Ich bin sowohl mit meiner Leistung als auch mit meiner Platzierung insgesamt zufrieden, auch wenn mich vor allem die knappe Niederlage gegen den Franzosen sehr ärgert.“

Eine ähnlich starke Leistung zeigte Yannick Gutsche. Der Siebte der European Open von Budapest bezwang in seiner Auftaktbegegnung mühelos Ghannam Aldikan aus Kuwait durch Bestrafungen. In Runde zwei bekam er es mit dem Weltmeister des Jahres 1995, dem Niederländer Guillaume Elmont, zu tun. Yannick bestimmte eindeutig das Kampfgeschehen und zwang Elmont zwei Strafen auf, was den Einzug ins Viertelfinale bedeutete. Genau wie Marc traf er hier auf einen ganz harten Brocken, den aktuellen Olympia-Fünften aus Brasilien, Tiago Camilo. Es gelang Yannick die Begegnung lange offen zu gestalten, doch nach etwas mehr als der Hälfte der Kampfzeit setzte Camilo sich mit seinem ersten gefährlichen Ansatz, einem Hüftwurf, durch. Auch gegen Zviad Gogotchuri aus Georgien hielt Yannick in der Trostrunde gut mit. Als der Georgier jedoch kurz vor dem Kampfende einen Haltegriff ansetzen konnte, waren die Niederlage und damit der siebte Platz für den jungen Leverkusener besiegelt.

Die Enttäuschung über sein Ausscheiden war Yannick im anschließenden Interview deutlich anzumerken. „Ich habe vor allem körperlich Probleme gehabt, gegen Camilo und Gogotchuri mitzuhalten. Außerdem musste ich meinen Kampfstil innerhalb von wenigen Wochen umstellen, da der Griff an’s Bein jetzt komplett verboten ist und ich nicht mehr mit Te-guruma werfen darf.“, bilanzierte der Leverkusener.

Immerhin eine Begegnung gewinnen konnten Benjamin Münnich (bis 81 kg) und Julia Tillmanns (bis 78 kg). Julia bezwang zunächst die Ukrainerin Maryna Pryshchepa souverän mit Ippon, bevor in der



Viertelfinale in der Klasse bis 90 kg: Marc Odenthal vom 1. JC Mönchengladbach (in blau) ...



nächsten Runde gegen Gemma Gibbons aus Großbritannien nach einer kleinen Unachtsamkeit Endstation war. Benjamin startete mit einem Wazaari-Sieg über den Olympiateilnehmer Laszlo Csoknyai aus Ungarn und traf anschließend auf Olympiasieger Jae-Bum Kim. Angefeuert durch lautstarke „Benni, Benni“-Rufe bewies er, dass er

mit den weltbesten Judokas mithalten kann. Am Ende hatte der Koreaner mit Yuko die Nase vorne. Benjamin: „Ich bin mit meinen beiden Kämpfen sehr zufrieden. Das Turnier hat mir gezeigt, dass ich mich vor niemandem zu verstecken brauche. Nun ist mein nächstes Ziel die Universiade.“

... lieferte einen tollen Kampf gegen den Georgier Varlam Liparteliani, musste sich am Ende aber geschlagen geben





Schweres Los für Nadja Bazynski vom TSV Bayer 04 Leverkusen in der ersten Runde der 63-kg-Klasse: die Japanerin Megumi Tsugane

Nadja Bazynski (bis 63 kg), Anthony Zingg (bis 66 kg), Christian Hellinger (bis 73 kg) und Karl-Richard Frey (bis 100 kg) erreichte bereits in der ersten Runde das Aus. Bei Karl-Richard machte sich vor allem der Trainingsrückstand aufgrund der sechswöchigen Grundausbildung bei der Bundeswehr bemerkbar. „In Normalform hätte ich meinen Kampf auf jeden Fall gewonnen“, ärgerte er sich hinterher. Die anderen drei Starter haben einfach noch zu wenig internationale Erfahrung im Erwachsenenbereich, um vorne mitmischen zu können. Bei entsprechendem Training dürften sie aber in den kommenden Jahren auch bei einem Grand-Prix zu den Medaillenkandidaten zählen. Bei der U 23-EM dieses Jahres sind von den „jungen Wilden“ schon jetzt mehrere Medaillen zu erwarten.

Negativ fiel indes die sehr schnelle Vergabe von Shidos, primär für Passivität, auf, wodurch allein am ersten Wettkampftag sechzehn Mal Hansoku-make ausgesprochen wurde. Großes Lob fand hingegen die ausgezeichnete Stimmung auf den Rängen. „Es hat einfach unglaublich viel Spaß gemacht hier zu kämpfen. Ich hatte wirklich eine Gänsehaut, als ich auf die Matte ging und vom gesamten NWJV-Fanblock angefeuert wurde“, verkündete ein strahlender Benjamin Münnich. Und Christian Hellinger ergänzte: „Die Stimmung war supergeil. So viel Unterstützung habe ich noch nie in einem Kampf erhalten. Ich möchte hier nächstes Jahr unbedingt wieder dabei sein und dann ein paar Kämpfe gewinnen.“ Mit zu dieser Stimmung trug auch das Pausenprogramm bei: Um 16:30 Uhr zelebrierten am Sonntag mehrere

Christian Hellinger vom JC Bushido Köln (rechts) musste sich nach fünf Minuten Kampfzeit gegen den US-Amerikaner Nicholas Delpopolo geschlagen geben





Nach 57 Sekunden besiegte Julia Tillmanns vom 1. JC Mönchengladbach (in blau) in der Klasse bis 78 kg Maryna Pryshchepa aus der Ukraine

hundert Zuschauer im NWJV-Fanblock den weltbekannten „Harlem Shake“.

Aus Sicht des Deutschen Judo-Bundes (DJB) verlief das Turnier nur bedingt erfolgreich. Mehrere Medaillenkandidaten, z.B. Sven Marsch (bis 81 kg) und Dimitri Peters (bis 100 kg), mussten schon in der Vorrunde die Segel streichen. Dennoch sprang am Ende dreimal Edelmetall für die deutsche Mannschaft (einmal Silber und zweimal Bronze) durch Laura Vargas Koch (bis 70 kg), Franziska Konitz (über 78 kg) und Mareen Kräh (bis 52 kg) heraus.

Text: Jan Hangebrauck
Fotos: Christian Schießl, Oliver Biedermann und Erik Gruhn



Karl-Richard Frey vom TSV Bayer 04 Leverkusen unterlag in der Klasse bis 100 kg dem Russen Adlan Bisultanov



Die Zuschauer forderten weniger Bestrafungen

Im Fokus - Die neuen IJF-WettkampfregeIn

Die Gespräche beim diesjährigen Judo-Grand-Prix wurden vor allem durch ein Thema bestimmt: Die neuen IJF-WettkampfregeIn. Vor allem zwei Regeländerungen standen im Zentrum:

1. Der Griff zum Bein wird jetzt direkt mit Hansoku-make bestraft.
2. Erst das vierte Shido zählt als Wertung für den Gegner, führt dann aber direkt zur Disqualifikation.

Diese beiden Regelungen stießen sowohl bei den Zuschauern als auch bei den Sportlern auf große Kritik. Hier ein Spiegel der Meinungen, geäußert von den jungen NWJV-Kämpfern:

„Die Shidos werden viel zu schnell vergeben. Wir Athleten haben kaum noch Zeit, vernünftig um den Griff zu kämpfen.“ (Karl-Richard Frey)

„Wegen der schnellen Bestrafungen kommt kein richtiger Kampf mehr zustande. Man versucht einfach nur, so schnell und so viel wie möglich anzugreifen, um Shidos zu vermeiden.“ (Christian Hellinger)

„Durch die häufigen Strafen ist Judo für den Zuschauer noch viel schwerer zu verstehen. Außerdem schränkt das Verbot an's Bein zu greifen unser Judo sehr stark ein. Ganz viele Judokas müssen ihren Kampfstil komplett umstellen.“

„Ich finde die Umsetzung der neuen Bestrafungsregel sehr schlecht. Es ist wirklich eine Unverschämtheit, wenn Athleten, die sich völlig verausgaben, am Ende verlieren, weil sie angeblich zu wenig angegriffen haben.“ (Marc Odenthal)

Aus Sicht des Zuschauers ist diese Kritik der Sportler durchaus nachvollziehbar: Mehrfach lag ein Judoka bereits nach 90 Sekunden mit drei Shidos in Rückstand, ohne dass nachvollziehbar war, weshalb. Spektakuläre und schön anzusehende Aushebetechniken, wie sie im letzten Jahr beispielsweise Yannick Gutsche praktiziert hat, fehlten regelbedingt völlig. Der Judo sport droht eine Entwicklung zu nehmen, die ihn langweiliger und selbst für Judoexperten nur wenig transparent erscheinen lässt. Hier ist seitens der IJF dringender Handlungsbedarf geboten, um sowohl die Aktiven als auch die Zuschauer zufrieden zu stellen.



Benjamin Münnich vom JC Bushido Köln besiegte den Ungarn Laszlo Csoknyai mit Wazaari-Vorteil



Anthony Zingg vom TSV Bayer 04 Leverkusen hatte sich viel vorgenommen, musste sich am Ende aber mit Yuko-Wertung gegen den Südkoreaner Jun Hyun Cho geschlagen geben



Claudia Malzahn wurde aus dem DJB-Nationalkader verabschiedet



Ole Bischof ist auch nach seinem Abschied aus dem DJB-Kader bei Autogramm-Jägern beliebt

DOSB-Generaldirektor Dr. Michael Vesper (links) überreichte den Olympia-Medaillengewinnern von London Andreas Tölzer und Dimitri Peters den Olympic Medalist Pin des IOC, daneben Kampfrichter Andreas Hempel, IJF-Präsident Marius Vizer und DJB-Präsident Peter Frese (von links)



Ein tolles Publikum unterstützte die deutschen Teilnehmer in Düsseldorf lautstark; am Sonntag wurde der Harlem Shake getanzt (oben)



TOP-SHOTS

Sagi Muki aus Israel gegen Eldar Zaripkanov aus Kasachstan



Die Belgierin Amelie Rosseneu gewann in der Klasse bis 48 kg zwei Kämpfe und belegte einen fünften Platz



Uchi-mata gehört weiterhin zu den erfolgreichsten Wurftechniken auf internationaler Ebene



Die Wettkämpfe in der Mitsubishi Electric Halle wurden live im Internet übertragen, kommentiert von Frank Wieneke und Alexander von der Groeben

Judo-Grand-Prix in Düsseldorf

Frauen

bis 48 kg:

1. Riho Okamoto, Japan
2. Bo Kyeong Jeong, Südkorea
3. Hela Ayari, Tunesien
3. Emi Yamagishi, Japan

bis 52 kg:

1. Majlinda Kelmendi, Kosovo
2. Andreea Chitu, Rumänien
3. Mareen Kräh, Deutschland
3. Nodoka Tanimoto, Japan

bis 57 kg:

1. Automne Pavia, Frankreich
2. Nozomi Hirai, Japan
3. Megumi Ishikawa, Japan
3. Jan-Di Kim, Südkorea

bis 63 kg:

1. Clarisse Agbegnenou, Frankreich
2. Kana Abe, Japan
3. Yarden Gerbi, Israel
3. Anicka Van Emden, Niederlande

bis 70 kg:

1. Kim Polling, Niederlande
2. Laura Vargas Koch, Deutschland
3. Seongyeon Kim, Südkorea
3. Juliane Robra, Schweiz

bis 78 kg:

1. Gemma Gibbons, Großbritannien
2. Ruika Sato, Japan
3. Lucie Louette, Frankreich
3. Marhinde Verkerk, Niederlande

über 78 kg:

1. Maria Suelen Altheman, Brasilien
2. Emilie Andeol, Frankreich
3. Franziska Konitz, Deutschland
3. Kanae Yamabe, Japan

Männer

bis 60 kg:

1. Boldbaatar Ganbat, Mongolei
2. Diego Santos, Brasilien
3. Aram Grigoryan, Russland
3. Amiran Papinashvili, Georgien

bis 66 kg:

1. Masashi Ebinuma, Japan
2. Masaaki Fukuoka, Japan
3. Shalva Kardava, Georgien
3. Golan Pollack, Israel

bis 73 kg:

1. Pierre Duprat, Frankreich
2. Dex Elmont, Niederlande
3. Rok Draksic, Slowenien
3. Ki-Chun Wang, Südkorea
7. Soshin Katsumi, Deutschland
7. Rene Schneider, Deutschland

bis 81 kg:

1. Avtandil Tchrikishvili, Georgien
2. Levan Tsiklauri, Georgien
3. Jae-Bum Kim, Südkorea
3. Antoine Valois-Fortier, Kanada

bis 90 kg:

1. Varlam Liparteliani, Georgien
2. Tiago Camilo, Brasilien
3. Zviad Gogotchuri, Georgien
3. Ilias Iliadis, Griechenland
7. Yannick Gutsche,
TSV Bayer 04 Leverkusen
7. Marc Odenthal,
1. JC Mönchengladbach

bis 100 kg:

1. Cyrille Maret, Frankreich
2. Takashi Ono, Japan
3. Kyeongtae Kim, Südkorea
3. Martin Papek, Schweden

über 100 kg:

1. Masaru Momose, Japan
2. Adam Okruashvili, Georgien
3. David Moura, Brasilien
3. Magomed Nazhmudinov, Russland



Medaillenspiegel

Frankreich	4	1	1
Japan	3	5	4
Georgien	2	2	3
Brasilien	1	2	1
Niederlande	1	1	2
Mongolei	1	0	0
Großbritannien	1	0	0
Kosovo	1	0	0
Südkorea	0	1	5
Deutschland	0	1	2
Rumänien	0	1	0
Israel	0	0	2
Russland	0	0	2
Tunesien	0	0	1
Slowenien	0	0	1
Kanada	0	0	1
Schweden	0	0	1
Schweiz	0	0	1
Griechenland	0	0	1



www.phoenix-budo.de

Ihr zuverlässiger Partner
für Händler und
Vereins-Sammelbesteller



Aus unserem
Judo-Programm:

MATSURU-Wett-
kampfanzüge
Agglorex-
Judomatten

IJF zugelassen



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

Foto-Nachlese Deutsche



Finale der Klasse bis 63 kg: Rebecca Bräuninger vom Judoteam Steinheim gegen Nadja Bazynski vom TSV Bayer 04 Leverkusen (rechts in blau)

Anthony Zingg vom TSV Bayer 04 Leverkusen (in weiß) gewann in der ersten Runde der Klasse bis 66 kg gegen Dennis Ehrmann aus Meiningen



Robin Gutsche vom TSV Bayer 04 Leverkusen mit Tomoe-nage-Ansatz gegen David Riedl aus Eltmann in der Klasse bis 81 kg

Meisterschaften in Riesa

Wurfaktion von Stefan Oldenburg von der SUA Witten (in blau) gegen Felis Kurz aus Esslingen in der Klasse bis 81 kg



Matte 1	Männer	-81
KURZ, F	WÜ	001
2:56	W Y S	
NW	00	
OLDENBURG, S		



Erläuterung der neuen Kampfregeln durch Bundeskampfrichterreferent Stephan Bode und DJB-Präsident Peter Frese
Fotos: Erik Gruhn



Julia Tillmanns vom 1. JC Mönchengladbach (in blau) im Halbfinale der Klasse bis 78 kg gegen die Silbermedaillengewinnerin der Olympischen Spiele in London Kerstin Thiele aus Leipzig

Rückgang bei den Teilnehmerzahlen

Am Karnevalswochenende wurden in Bochum die Teilnehmer für die Deutschen Meisterschaften der U 21 in Frankfurt (Oder) ermittelt. Eine Woche später gingen in Wickede (Ruhr) die Judokas der Frauen und Männer unter 18 Jahren an den Start. Hier ging es um die Fahrkarten zu den nationalen Titelkämpfen in Neuhof.

Was sich schon bei den Bezirksmeisterschaften angedeutet hatte, setzte sich auch bei den Westdeutschen Meisterschaften fort. Bei den Teilnehmerzahlen in beiden Altersbereichen waren ein rapider Rückgang zu verzeichnen. Insbesondere die leichten und schweren Gewichtsklassen waren teilweise sehr dünn besetzt. Die Ursachen hierfür sind sicherlich vielschichtig: Der allgemeine Mitgliederrückgang, die Änderung der Altersklassen und die Wettkampflizenz könnten hierbei eine Rolle spielen.

Erfolgreichste Vereine in der U 21 waren der PSV Duisburg und der JC 66 Bottrop mit jeweils drei Titeln, zweimal Gold holten der JC Hennef, TSV Bayer 04 Leverkusen und der 1. JC Mönchengladbach. In der U 18 verteilten sich die Titel auf insgesamt 13 Vereine, wobei der TSV Bayer 04 Leverkusen mit vier und Crocodiles Büren mit drei Siegen dominierten.

Obwohl die gleichen Jahrgänge startberechtigt waren als im Vorjahr in der U 17 und U 20 konnten pro Altersbereich lediglich vier Sportler ihren Titelerfolg wiederholen - in der U 21 Miriam Schneider, Maïke Riehl, Charlotte Gruber und Jörn Lohmann und in der U 18 Lena Wilkes, Henrik Schreiber, Gabriel Berg und Maximilian Greiner. Der doppelte Titelgewinn in der U 18 und U 21 gelang bei den Frauen Miriam Schneider vom JC Hennef und Alexandra Dörper vom PSV Duisburg.



Begrüßung der Teilnehmer in Bochum:
Verbandsjugendleiterin Trixi Sturm, Verbandsjugendleiter Jörg Bräutigam und Landeskampfrichterreferent Hans-Werner Krämer



Finale der Klasse bis 57 kg (U 18): Sophie Dudziak vom PSV Essen wirft Sara Kesmen von der SU Annen

Text und Fotos:
Erik Gruhn



Christian Beckmann vom PSV Duisburg mit Ura-nage in der Gewichtsklasse bis 90 kg bei den Männern U 21

Die Stimmen der Landestrainer

Frauen U 21

Die jungen Mädels dominieren

Ohne die Nationalkaderathletinnen, die vom Deutschen Judo-Bund (DJB) direkt zu den Deutschen Einzelmeisterschaften am 9./10. März in Frankfurt/Oder gesetzt wurden, waren es vor allem die jüngeren Jahrgänge, die die Westdeutschen Einzelmeisterschaften der Juniorinnen fest im Griff hatten. Mit Miriam Schneider (-44 kg, JC Hennef), Maïke Riehl (-48 kg, JC Hennef) und Alexandra Dörper (-63 kg, PSV Duisburg) gewannen gleich drei U 18-Mädels die Goldmedaille in der U 21. Zwei Titel gingen mit Charlotte Gruber (-57 kg, TSV Bayer Leverkusen) und Leonie Brachthäuser (+78 kg, PSV Wuppertal) an den Jahrgang 1995 und die weiteren drei durch Gülper Köroglu (-52 kg, PSV Duisburg), Nicole Mosgol (-70 kg, JC 66 Bottrop) und Carolin Rößner (-78 kg, JC 66 Bottrop) an den Jahrgang 1994. Die weiteren Medaillenplätze gingen ebenfalls überwiegend an die jungen Jahrgänge. Das ist auf der einen Seite sehr erfreulich, dass viele junge Mädels bereits hinter den Nationalkaderathletinnen den Ton angeben und sich anbieten, auf der anderen aber auch etwas erschreckend, wie wenig ältere U 21-Mädels an den Meisterschaften teilnehmen und sich behaupten können. Insgesamt ging die Leistungsspanne sehr weit auseinander und es gab ein relativ kleines Mittelfeld.

Sebastian Heupp

Frauen U 18

Bekannte Athletinnen setzten sich durch

Schönes Ippon-Judo zeigten die Frauen U 18 bei den diesjährigen Westdeutschen Meisterschaften in Wickede. Die am härtesten umkämpften Klassen waren -57 kg, -52 kg und -48 kg. Große Überraschungen in den Siegerlisten gab es nicht, setzten sich doch durchweg die bekannten Athletinnen durch. Leider gingen in der Klasse bis 78 kg lediglich drei Kämpferinnen und im Schwergewicht nur zwei Kämpferinnen an den Start. Stark präsentierten sich die jüngeren Jahrgänge. Man darf gespannt sein, ob sie sich auch bei den Deutschen Meisterschaften in Neuhof so gut in Szene setzen können.

Frank Urban

Männer U 18

Sportler in guter Verfassung

An der hohen Motivation und Konzentration der Athleten konnte man sehen, alle hatten das Ziel, sich für die Deutschen Meisterschaften zu qualifizieren. Außerdem kann man feststellen, dass sich viele Sportler über einen langen Zeitraum für dieses Turnier vorbereitet hatten. Dies konnte man an der guten technischen, taktischen sowie konditionellen Verfassung der Sportler erkennen. Hervorzuheben sind aufgrund der starken Konkurrenz insbesondere die Kämpfe in den Gewichtsklassen bis 50 kg sowie bis 60 kg.

Eduard Matijass

Westdeutsche Einzelmeisterschaften 2013

Frauen U 21

bis 44 kg:

1. Miriam Schneider, JC Hennef
2. Lena Ordelheide, JT Düsseldorf
3. Katrin Wege, Sakura Herzogenrath

bis 48 kg:

1. Maike Riehl, JC Hennef
2. Lena Wilkes, JC 66 Bottrop
3. Noa Schwensfeier, JSC Erkelenz
5. Aristoula Mavridou, HapK. Oelde
5. India Rauber, Post SV Düsseldorf
5. Lesley-Anne Baltzer, Sam. Schw.

bis 52 kg:

1. Gülper Köroglu, PSV Duisburg
2. Hannah von Barany, BS Kaarst
3. Sarah Nieß, Brühler TV
3. Alina Schubert, TV Hüinghausen
5. Sarah Kasper, Sport-Union Annen
5. Melina Vanessa Pricken, Shiai-JT

bis 57 kg:

1. Charlotte Gruber, Bayer Leverkusen
2. Saskia Wüst, JC 66 Bottrop
3. Merle Grigo, JC Langenfeld
3. Samira Heisel, PSV Duisburg
5. Insa Möllmann, JST Herten
5. Kim Sarah Czichy, Brühler TV

bis 63 kg:

1. Alexandra Dörper, PSV Duisburg
2. Miriam Schubert, TSV Hagen
3. Josefina Engelmann, DSC W.-E.
4. Lara Schmidt, JSC Erkelenz
5. Melissa Oertel, Burscheider TG
5. Lisa Naeve, Judo Klub Hagen

bis 70 kg:

1. Nicole Mosgol, JC 66 Bottrop
2. Jessica Zaib, Sport-Union Annen
3. Kristina Secertzis, SU Annen
3. Svenja Brill, Garather SV
5. Melissa Räther, 1. JJC Dortmund
5. Anita Bilic, Shiai-Judo-Team

bis 78 kg:

1. Carolin Rößner, DJK Stadtlohn
2. Jessica Römer, TuS Germania
3. Angelique Ostwald, Lüner SV
3. Katharina Schmidt, Bud. Höntrop

über 78 kg:

1. Leonie Brachthäuser, PSV W'tal
2. Venja Hoffmann, 1. JJC Lünen

Männer U 21

bis 55 kg:

1. Stefan Herz, JG Münster
2. Thomas Engel, JG Ibbenbüren

bis 60 kg:

1. Marcel Bizon, 1. JC M'gladbach
2. Alexander Bartz, TV Isselhorst
3. Nils Becker, PSV Herford
3. Denny Koppers, JT Holten
5. Tim Resag, Bayer Leverkusen
5. Peter Fraundorf, Bayer Leverkusen

bis 66 kg:

1. Hamsat Isaev, JC 66 Bottrop
2. Felix Reese, PSV Duisburg
3. Maxime Junghänel, SSF Bonn
3. Max Baczak, Hertha Walheim
5. Julian Plath, TSC Münster-Giev.
5. Daniel Cramer, PSV Herford

bis 73 kg:

1. Jan Tefett, JC 66 Bottrop
2. Philipp Kosbab, Yamanashi Porz
3. Marlon Hütten, Yamato Hürth
4. Timo Ellrich, Bayer Leverkusen
5. Timo Wahlbring, JC 66 Bottrop
5. Erik Jansen, JG Münster

bis 81 kg:

1. Andreas Buscher, 1. JC M'gladb.
2. Gabriel Berg, Bayer Leverkusen
3. Ruben Wojnowski, SV Friedrichsf.
3. Tobias Geier, TSG Rheda
5. Christian Schnitzler, 1. JC MG
6. Clemens Pulger, Brühler TV

bis 90 kg:

1. Christian Beckmann, PSV Duisb.
2. Marc Schatten, Bayer Leverkusen
3. Marvin Junik, SV Friedrichsfeld
3. Florian Kosch, JC Holzwickede
5. Yannick Feldmann, TuS Hüsten
5. Leon Windmüller, TV Mettingen

bis 100 kg:

1. Jörn Lohmann, SV Friedrichsfeld
2. Marcel Bauer, 1. JC M'gladbach
3. André Sailer, Gütersloher TV
3. Janis Terinde, JG Ibbenbüren
5. Dirk Winter, SC Borchon
5. Dominik Musa, Bush. Dinslaken

über 100 kg:

1. Christian Handrich, Bayer Leverkusen
2. Michel Schmitt, Velberter JC
3. Christoph Schrameier, Jahn Rheine
3. Timo Moll, PSV Herford

Frauen U 18

bis 40 kg:

1. Carolin Schlag, Judoka Wattensch.
2. Melina Weber, JC Hennef
3. Cäcilia Hepperle, JT Düsseldorf

bis 44 kg:

1. Miriam Schneider, JC Hennef
2. Pauline Sommerer, JC Langenfeld
3. Jana Schmitz, 1. JC M'gladbach
3. Eva Jungbluth, Germ. Mannheim
5. Lena Ordelheide, JT Düsseldorf

bis 48 kg:

1. Lena Wilkes, JC 66 Bottrop
2. Maike Riehl, JC Hennef
3. Annika Weber, JC Hennef
3. Nathalie Passon, Bayer Leverkusen
5. Alissa Jagenlauf, SSF Bonn
5. Mona Heeb, JC Hennef

bis 52 kg:

1. Lara Wüste, JT Ostwestfalen
2. Christina Ruschitzka, Brander TV
3. Nicole Stettner, JV Siegerland
3. Romy-Lia Amelung, Beueler JC
5. Maria Mela, JC Langenfeld
5. Zehra Ürker, JC 66 Bottrop

bis 57 kg:

1. Sophie Dudziak, PSV Essen
2. Sara Kesmen, Sport-Union Annen
3. Agatha Schmidt, JC 66 Bottrop
3. Merle Grigo, JC Langenfeld
5. Nora Naeve, JK Hagen
5. Samira Heisel, PSV Duisburg

bis 63 kg:

1. Alexandra Dörper, PSV Duisburg
2. Lara Friedrich, JG Münster
3. Patricia Klaff, PSV Duisburg
3. Melissa Quadflieg, Sak. Herzogenr.
5. Cara Junghänel, SSF Bonn
5. Désirée Haarmann, JK Hagen

bis 70 kg:

1. Sarah Mäkelburg, SU Annen
2. Julia Friedrich, SU Annen
3. Jennifer Graw, PSV Bochum
3. Tabea Reul, SSF Bonn
5. Michelle Gemp, Velberter JC
5. Kristina Secertzis, SU Annen

bis 78 kg:

1. Lisa Gerlach, TV Wickede
2. Jacqueline Kulik, JT Düsseldorf
3. Deborah Engbrocks, SG Dülken

über 78 kg:

1. Jennifer Lipski, Banzai Gelsenk.
2. Lina Hüls, TV Mesum

Männer U 18

bis 43 kg:

1. Levin Schepers, 1. JC M'gladbach
2. Edward Stangenberg, PSV Bonn
3. Christopher Pradel, DJK Willich
3. Daniel Gerlitz, MSV Duisburg
5. Josef Vorspohl, BW Ottmarsbocholt
5. Christopher Hannig, TSV Hagen

bis 46 kg:

1. Joshua Bader, JC Remscheid
2. Simon Schlichting, St. Bevergern
3. Lars Binsfeld, Yamanashi Porz
3. Christos Pintsis, JC Remscheid
5. Leonard Milk, Dortmund BSV
5. Leon Kipp, Brühler TV

bis 50 kg:

1. Till Moritz Riehl, JC Hennef
2. Mohamed Kochih, SSF Bonn
3. Christian Dill, Crocodiles Büren
3. Jens Malewany, SU Annen
5. Fabian Scholten, TVE Waltrop
5. Felix Drefen, BC Eschweiler

bis 55 kg:

1. Felix Stöckel, Crocodiles Büren
2. Stefan Herz, JG Münster
3. Daniele Palma, Yamanashi Porz
4. Jan Droste, Datteler Judoclub
5. Patrick Thelen, 1. JC M'gladbach
5. Luca Zysk, 1. JJC Hattingen

bis 60 kg:

1. Felix Edling, Crocodiles Büren
2. Devin Waldenburg, Beueler JC
3. Peter Fraundorf, Bayer Leverkusen
4. Frederik Schreiber, Croc. Büren
5. Lars Kallähn, Judoka Rauxel
5. Mike Bartsch, JG Ladbergen

bis 66 kg:

1. Jan Resag, Bayer Leverkusen
2. Falk Petersilka, 1. Godesberger JC
3. Hermann Desch, JC 66 Bottrop
3. Niklas Diedrich, JC Remscheid
5. Alexander Jessen, Brühler TV
5. Lion Arakeljan, SC Wuppertal

bis 73 kg:

1. Henrik Schreiber, Crocodiles Büren
2. Jannik Matz Wenzel, JC Werm.
3. Julius Förster, 1. JC M'gladbach
3. Jan Schwarz, Sport-Union Annen
5. Julian Patt, JC Hennef
5. Astemir Juanov, TB Wülfrath

bis 81 kg:

1. Gabriel Berg, Bayer Leverkusen
2. Andreas Altergott, SU Annen
3. Daniel Wegner, SSF Bonn
3. Ruben Wolf, Brühler TV
5. Nils Gnauschun, JT Holten
5. Patrick Hollenberg, JG Ibbenbüren

bis 90 kg:

1. Johannes Frey, Bayer Leverkusen
2. Christian Herber, Beueler JC
3. Darius Tischner, PSV Duisburg
3. Fabian Hoffmann, 1. JJC Lünen
5. Frederick Deussen, SG JT MG
5. Lars Niemann, TV Brilon

über 90 kg:

1. Maximilian Greiner, Bayer Lev.
2. Christian Handrich, Bayer Leverkusen
3. Thomas Deussen, SG JT Mönch.
3. Marcel Weinhold, JC Hennef
5. Andreas Rosenthal, PSV Duisburg
5. Jan-Philipp Götte, JG Ibbenbüren



Miriam Schneider
JC Hennef
- Westdeutsche Meisterin
Frauen U 21 und U 18
Gewichtsklasse bis 44 kg



Alexandra Dörper
PSV Duisburg
- Westdeutsche Meisterin
Frauen U 21 und U 18
Gewichtsklasse bis 63 kg



Nachhaltigkeit in der Jugendarbeit Jahrestagung der Sport- jugend NRW stellt neue Fragen

Sie waren deutlich zu sehen. Sie hingen groß an der Wand des Tagungsraums. Die vier B's beginnen, befähigen, begleiten und beenden waren der rote Faden der Jahrestagung der Sportjugend NRW 2013. Rund um das junge Engagement stellten sich die Jugenden der Kreis- und Stadtsportbünde (KSB/SSB), sowie der Fachverbände (FV) entscheidende Fragen. Wie kann ich Engagement beginnen? Wie kann ich junge Leute befähigen? Wie soll der Verband oder der Bund die Ehrenamtler begleiten? Und wie gehe ich als Organisation mit dem Beenden von Engagement um?

Diese Leitfragen wurden diskutiert und analysiert. Dabei stand der Austausch untereinander im Mittelpunkt. In den Foren und im Plenum suchten die Teilnehmer Lösungen für die aufgeworfenen Fragen. Mit dabei waren neben den gewählten Vorständen und Vertretern der Geschäftsstellen auch viele J-Teams. Natürlich war auch der NWJV vor Ort. Neben einigen Mitgliedern des Judo J-Team NRW, vertreten die Jugendsprecher Laura Karrengarn und Moritz Belmann, sowie der stellvertretende Verbandsjugendleiter Daniel Skakavac den Jugendvorstand. Von der Geschäftsstelle nahmen Jugendbildungsreferent Erik Goertz sowie Bianca Klug und Kai Kirbschus an der Jahrestagung teil.

Begonnen hatte die Tagung im sauerländischen Hachen mit einem Rollenspiel der etwas anderen Art. Die Moderatoren Hanno Krüger, Jan Klenke und NWJV-Jugendsprecher Moritz Belmann stellten eine Vereinsvorstandssitzung dar. Der erfundene Traditions- und Sportverein Teutonia Eintracht Niederschmetterbach grün weiß von 1816 e.V. erhielt in dieser Sitzung neben einem neuen Vereinslied und einer modernen Ferienfreizeit, auch noch eine neue Satzung unter dem Motto der Generationengerechtigkeit. Das Rollenspiel zeigte, dass Engagement Generationen übergreifend möglich ist. Es war der erste Gedankenanstoss für den folgenden Morgen. „Wir nutzten die Übertreibung um die Situationen in einigen Vereinen darzustellen. Ich denke, dass unsere Nachricht angekommen ist“, sagte Moritz.

Am Samstagmorgen präsentierte das Moderatorentrio die beliebte WDR-Sendung „Zimmer frei“. Als Experte und Vertreter des Engagements stellte Sportjugendurgestein Roland Grabs seine Thesen zur



Diskussion. Dabei wurden die Teilnehmer selbst aktiv. In unterschiedlichen methodischen Aktionen redeten sie über ihre Projekte. „Durch den Austausch habe ich viele neue Ideen gefunden. Das war spitze“, sagte J-Teamerin Marie Klaff. Neben den Gesprächen auf der Bühne, wurden einige Projekte exemplarisch dargestellt, unter anderem auch die NWJV-Jugendsprecheroffensive. Jan Dörbandt und Thomas Vogelgesang standen Hanno Krüger dafür Rede und Antwort. „Wir wollen mit der Jugendsprecheroffensive die Vereine ermutigen das junge Engagement zu fördern“, sagte Jan während der Vorstellung. Experte Roland Grabs begrüßte die vielen verschiedenen Projekte, forderte aber gleichzeitig eine Nachhaltigkeit in der Jugendarbeit. „Wir müssen langfristig arbeiten und nicht nur bei Events aktiv werden“, sagte er. Vor allem im Bereich der Politik sei dies notwendig. „Ich höre immer nur, dass die Schüler keine Zeit mehr haben. Aber Demonstrationen gegen G8 habe ich noch nicht wahrgenommen. Warum werdet ihr nicht aktiv?“, fragte Grabs provozierend.



Am Ende des Samstagmorgens nahmen die Teilnehmer viele Thesen und Ideen in die nachmittäglichen Foren mit. Dort diskutierten sie die verschiedensten Themen und formulierten Ergebnisse zu den vier B's, beginnen, befähigen, begleiten und beenden. Diese Ergebnisse bilden nun die Basis für die Arbeit im kommenden Jahr. „Wir werden uns die Forderungen und Gedanken ganz genau ansehen und die Ideen analysieren. Unser Ziel ist es diese in den kommenden Monaten in das Konzept der Sportjugend zu integrieren“, sagte Jugendausschussmitglied und stellvertretender Verbandsjugendleiter des NWJV Daniel Skakavac.

Zum Abschluss der Tagung wartete auf die Teilnehmer das traditionelle Buffet und ein sportlich kulturelles Programm. Neben Hip Hop, Rope Skipping und einer Turneinlage, zeigte sich auch das Judo J-Team NRW auf der Matte. Mira Ulrich und Jan Dörbandt versetzten die Anwesenden mit einer tollen Vorstellung ins Staunen. Vor allem das Werfen mit verbundenen Augen sorgte für Aufsehen. So präsentierte sich das Judo J-Team NRW während der Jahrestagung als funktionierende Einheit und als Vorbild für alle Fachverbände in NRW. „Wir haben es geschafft in jedem Themenbereich unsere Position zu verdeutlichen. Judo war an diesem Wochenende immer präsent. So muss es sein“, fasste NWJV-Jugendsprecher Moritz Belmann die Jahrestagung zusammen.



Post SV Düsseldorf: Anerkannter Stützpunktverein „Integration durch Sport“

„Integration“ und „Judo“ – passt das zusammen? Ja! Der Post SV Düsseldorf stellt dies seit Jahren unter Beweis. Im Jahr 2012 sogar offiziell als einer der ersten vom Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) anerkannten Integration-Stützpunktvereine im Kampfsportbereich. Rund 300 Mitglieder betreiben den Judo-sport bei den bereits im Jahr 1925 gegründeten Gelb-Schwarzen, die meisten davon sind Kinder, mindestens 50 Prozent der Judokas haben dabei eine Zuwanderungsgeschichte. „Das Thema Integration gehört eigentlich schon seit Jahren zum Verein, wir reden nicht viel darüber, wir leben es einfach“, so Judo-Abteilungsleiter Wilfried Marx. „Auf der Judomatte wird niemand ausgeschlossen oder anders behandelt.“

Durch wechselnde Projekte holt der Integrationsbeauftragte Michael Reitz das Thema immer wieder in die Köpfe der Sportler, so zum

Beispiel auch im Rahmen der Vorwoche zum Judo-Grand-Prix. „Damit möchten wir vielen Kindern und Erwachsenen, Anfängern und Fortgeschrittenen, mit und ohne Migrationshintergrund, zeigen, dass Judo ein sehr integrativer Sport ist“, so Reitz.



Aber nicht nur auf Vereins- auch auf Verbandsebene arbeitet der Post SV Düsseldorf am Thema mit. Der Nordrhein-Westfälische Judo-Verband hat Ende 2012 ein Positionspapier mit dem Titel „Miteinander kämpfen statt gegeneinander spielen“ entwickelt und auf dessen Basis ein Integrationsteam (i-Team) gegründet, um die inklusive Arbeit voranzutreiben. Auch im i-Team ist der Verein vertreten.

Katharina Reitz

NWJV-Taschenkalender 2013

In der Alters- und Gewichtsklassenübersicht im NWJV-Taschenkalender 2013 sind im Bereich der Gewichtsklassen U 15-Mannschaft und bei den Mindestgewichten für Mannschaftswettkämpfe Fehler enthalten.

Wir haben die Alters- und Gewichtsklassenübersicht 2013 auf dieser Seite noch einmal in Taschenkalendergröße abgedruckt. Die Seite einfach ausschneiden und in den Taschenkalender einkleben!



WEIBLICHE JUGEND / FRAUEN

Altersklasse	Alter gänge	Jahr-gänge	Gewichtsklassen (kg)										Kampfzeit			
U 12 (*)	Einzel	9-11	02-04	-25	-27	-30	-33	-36	-40	-44	-48	-52	+52	2 Minuten		
	Mannschaft	8-11	02-05		-27	-30	-33	-36	-40	-44	-48	-52	+48	2 Minuten		
U 15	Einzel	12-14	99-01				-33	-36	-40	-44	-48	-52	-57	-63	+63	3 Minuten
	Mannschaft	11-14	99-02					-36	-40	-44	-48	-52	-57	+57	3 Minuten	
U 18	Einzel	15-17	96-98			-40									4 Minuten	
	Mannschaft	14-17	96-99			-44	-48	-52	-57	-63	-70	-78	+78	4 Minuten		
U 21		17-20	93-96			-44	-48	-52	-57	-63	-70	-78	+78	4 Minuten		
Frauen		ab 17	ab 96			-48	-52	-57	-63	-70	-78	+78	5 Minuten			

MÄNNLICHE JUGEND / MÄNNER

Altersklasse	Alter gänge	Jahr-gänge	Gewichtsklassen (kg)										Kampfzeit	
U 12 (*)	Einzel	9-11	02-04	-26	-28	-31	-34	-37	-40	-43	-46	-50	+50	2 Minuten
	Mannschaft	8-11	02-05		-28	-31	-34	-37	-40	-43	-46	+46	2 Minuten	
U 15	Einzel	12-14	99-01			-34								3 Minuten
	Mannschaft	11-14	99-02			-37	-40	-43	-46	-50	-55	-60	+60	3 Minuten
U 18	Einzel	15-17	96-98		-43									4 Minuten
	Mannschaft	14-17	96-99		-46	-50	-55	-60	-66	-73	-81	+90	4 Minuten	
U 21		17-20	93-96		-55	-60	-66	-73	-81	+90	+100	4 Minuten		
Männer		ab 17	ab 96		-60	-66	-73	-81	+90	+100	+100	5 Minuten		

Möglichst für die Altersklasseneinteilung ist der Jahrgang, nicht das Alter!

(*) In der U 12 kann alternativ zu den Gewichtsklassen eine Einteilung in gewichtsnahen Gruppen (z.B. Ser-Pools) erfolgen. Die Gewichtsklassen sind nur bei Meisterschaften verpflichtend! Bei Mannschaftskämpfen kann in der U 12 auch mit weniger oder alternativen Gewichtsklassen gekämpft werden (z.B. Sparda-Bank-West-Cup).

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

Der sportlichen Leistung bleibt es vorbehalten bei geringerer Beteiligung zwei angrenzende Gewichtsklassen zusammenzulegen.

Mindestgewicht bei Mannschaftsmesserschaften/-turnieren im Jugendbereich

Altersklasse	Mindestgewicht	Mindestgewicht
U 12 weiblich	-27 kg	>23 kg
U 12 männlich	-28 kg	>24 kg
U 15 weiblich	-36 kg	mind. 30 kg
U 15 männlich	-37 kg	mind. 31 kg
Frauen U 18	-44 kg	mind. 36 kg
Männer U 18	-46 kg	mind. 40 kg

- 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

Im Bereich unter 9 Jahren finden Freundschaftskämpfe und Kämpfe auf Kreisebene (Pool-kämpfe) statt.

Alters- und Gewichtsklassen

2013



Landesschulmeisterschaften
im G-Judo

Leverkusen und Geldern erfolgreich

In der Sportschule Wedau fanden die 10. Landesschulmeisterschaften im G-Judo statt. Obwohl nur noch zwei Jungen- und zwei Mädchenmannschaften pro Schule zugelassen werden konnten, gingen immer noch zwölf Jungen- und sechs Mädchenmannschaften an den Start. Die Meldebegrenzung musste eingeführt werden, da besonders die Schüler der Förderschulen für geistige und motorische Entwicklung den Unterricht mit zeitlich fest verankerten Schulbussen besuchen, und eine Verlegung der Busabfahrzeiten in den einzelnen Schulen kaum möglich ist. So können die Judowettkämpfe bei diesen Landesmeisterschaften nicht vor 10:00 Uhr morgens beginnen und müssen spätestens um 13:30 Uhr abgeschlossen sein.

Schwerstarbeit mussten an diesem Tag die eingesetzten Kampfrichter leisten. Um die Schulmeisterschaften im vorgegebenen Zeitfenster durchführen zu können, wurde kurzerhand, nach Absprache mit der Chefkampfrichterin Brigitte Laskowski, beschlossen, auf drei Judomatten zu kämpfen. Auch wurden schon die neuen Haltegriffzeiten probeweise eingeführt, so dass bereits nach 20 Sekunden der Sieg (Ippon) ausgesprochen werden konnte. Die reduzierten Haltezeiten wirkten sich auf das Wettkampfniveau keineswegs negativ aus, zumal die Kampfrichter das notwendige Feingefühl für die teilnehmenden Judokas mit einer geistigen und/oder körperlichen Behinderung aufwiesen. Arbeitslos blieb an diesem Tag nur der Mattenarzt Dr. Schirmer. Es gab auch dieses Mal keine Verletzungen und am Ende nur glückliche Gesichter.

Die Mannschaften bestanden aus jeweils fünf Kämpfern. Die Jungen kämpften in zwei Gruppen jeweils Jeder gegen Jeden. Die Siegermannschaften der einzelnen Gruppen, die Alfred-Delp-Schule aus Hamm und die Don-Bosco-Schule aus Geldern, erreichten jeweils ungeschlagen das Finale. Dabei schafften es die Schüler der Don-Bosco-Schule aus Geldern als erste Schulmannschaft überhaupt, alle fünf Vorrundenkämpfe jeweils mit 5:0 zu gewinnen. Und wirklich schienen an diesem Tag die jungen Judokas der Don-Bosco-Schule

unschlagbar. Durch Siege von Clemens Hellmanns (-50 kg), Leon Fischell (-60 kg) und Lonjan Jasaray (-70 kg) war das Finale bereits nach den ersten drei Kämpfen entschieden. Dann gab es aber doch den Ehrenpunkt für den Titelverteidiger aus Hamm. In der Klasse bis 80 kg konnte Philipp Onslein von der Alfred-Delp-Schule seinen Gegner Kevin Vermelen nach bereits 24 Sekunden mit Ippon besiegen und auf 1:3 verkürzen. Sven Gregor holte dann aber nach 1:33 Minuten den ungefährdeten vierten Punkt für die Don-Bosco-Schule, die damit zum ersten Mal Landesmeister der G-Schulen wurde.

Die Mädchen kämpften in einer Gruppe. Aber auch hier stellte sich schnell heraus, dass die Mädchen der Hugo-Kückelhaus-Schule, Seriensiegerinnen der letzten Jahre, ihren Gegnerinnen hoch überlegen waren. Immerhin kämpften mit Felicia Boateng (-70 kg) und Saskia Garweg (+70 kg) zwei G-Kader-Athletinnen in der Schulmannschaft, die durch Evin Celiktas (-40 kg), Jasmin Preuhs (-50 kg) und Vanessa Costa Matos (-60 kg) hervorragend ergänzt wurde.

Zum Schluss gab es für alle Judokas Medaillen und Urkunden. Die Hugo-Kückelhaus-Schule aus Leverkusen und die Don-Bosco-Schule aus Geldern erhielten den Ehrenpokal des Behindertensportverbandes Nordrhein-Westfalen.

Text: Dr. Wolfgang Janko
Fotos: Erik Gruhn





Judo-Landesmeisterschaften der Förderschulen L in Düsseldorf

Dritte Titelverteidigung durch die Christian-Zeller-Schule aus Duisburg

Im Vorfeld des Grand-Prix in Düsseldorf verlegte der Behindertensportverband Nordrhein-Westfalen (BSNW) in Kooperation mit dem Nordrhein-Westfälischen Judo-Verband (NWJV) die Landesmeisterschaften der Förderschulen kurzfristig von Duisburg nach Düsseldorf in die athletica-Sporthalle. Der Jugendbildungsreferent des NWJV Erik Goertz hatte die Idee der spontanen Verlegung und bereitete die Meisterschaft mit seinem Team hervorragend vor.

Leider waren nur vier Jungenmannschaften mit den Förderschwerpunkten „Lernen“ und „Emotionale und soziale Entwicklung“ gemeldet. Da die Schulen die Anreise nach Düsseldorf eigenständig finanzieren müssen, scheuen viele Schulen noch den Weg. Die Beteiligung wäre sicherlich wesentlich größer, wenn es gelänge, die Landesmeisterschaft in das Programm der Landessportfeste zu integrieren. Eine Schule musste absagen, weil der „Judo-Lehrer“ für den gemeinsamen Unterricht in eine allgemeinbildende Schule abgeordnet worden war.

Die Schulmannschaften bestanden aus jeweils fünf Kämpfern in den Gewichtsklassen -50, -60, -70, -80 und +80 kg. Gekämpft wurde in einem 4er-Pool, Jeder gegen Jeden. Obwohl fast ausschließlich Kinder und Jugendliche kämpften, die den Judo sport im Schulunterricht oder in freiwilligen Arbeitsgemeinschaften durch engagierte Lehrerinnen bzw. Lehrer erlernt hatten, wurden doch schon ansprechende Judo-Techniken demonstriert. Und wenn die eine oder andere Judo-fertigkeit noch nicht so ausgeprägt entwickelt war, wurde sie durch einen enormen kämpferischen Einsatz und Siegeswillen wieder wettgemacht.

Dabei waren mit dem Titelverteidiger aus Duisburg und den Förderschulen aus Mönchengladbach-Rheydt und aus Hückeswagen drei nahezu gleich starke Schulmannschaften am Start. Lediglich die zum ersten Mal angetretene aus Kaarst musste noch ein wenig Lehrgeld bezahlen, hat aber das Potenzial, schon bald zu den Siegern zu gehören.

Die während des gesamten Turniers überaus spannende Schulmeisterschaft wurde dann auch erst mit dem allerletzten Kampf durch die „Neulinge“ aus Kaarst zugunsten der Christian-Zeller-Schule aus Duisburg entschieden. Durch die bessere Unterbewertung verwiesen die Duisburger Schüler die Förderschule Rheydt auf den zweiten Platz und konnten somit zum dritten Mal in Folge ihren Titel verteidigen. Dritte wurden die Schüler aus Hückeswagen, die ihre Kämpfe gegen die Duisburger und Rheydt denkbar knapp mit 2:3 verloren. Die Martinusschule aus Kaarst belegte den vierten Platz, wurde aber mit dem letzten Kampf zum Meistermacher, denn durch den Sieg ihres Schwergewichtlers gewann die Christian-Zeller-Schule die Landesmeisterschaft durch die bessere Unterbewertung gegenüber den Förderschülern aus Mönchengladbach-Rheydt.

Für den neuen Landesschulmeister kämpften: -50 kg: Pascal Pfrsching und Maikel Jacek; -60 kg: Nico Schneider; -70 kg: Marcel Buchholz und Norman Vermathen; -80 kg: Salhim Sezarin; +80 kg: Niklas Saal. Zum Schluss gab es für alle Judokas Medaillen und Urkunden. Die Siegermannschaft erhielt einen Wanderpokal. Alle freuen sich schon auf das nächste Jahr, auf die 9. Landesmeisterschaft im L-Judo im Jahr 2014. Dann soll die Landesmeisterschaft wiederum im Vorfeld des Grand-Prix in Düsseldorf stattfinden.

Dr. Wolfgang Janko



Dan-Prüfung in Werne

Bei der ersten Dan-Prüfung des Jahres ist für 18 Judokas alles glatt gelaufen. Sie nahmen die Hürde und haben die Prüfung bestanden. Ein deutsches Sprichwort besagt: „Beginne nicht mit einem guten Vorsatz, sondern mit einer kleinen Tat.“ Nun würde man eine Dan-Prüfung nicht gerade als „kleine Tat“ beschreiben. Vielmehr ist es eine große Unternehmung. Aber tatsächlich kann man getrost alle guten Vorsätze beiseite schieben, wenn man sich dieser Herausforderung stellt. Nach einem anstrengenden Tag auf zwei Matten hatten es die Prüflinge geschafft: Kata, Stand- und Bodenprogramm sowie Theorie hatten die Prüfer überzeugt. Zwei Prüflinge konnten das Ziel leider nicht erreichen.

Die Prüfung bestanden haben: zum 1. Dan: Ralf Engemann, Thomas Graczyk, Philipp Henke, Frederik Reikat, Jan Nicklas Meier, Henrik Reikat, Dirk Herrmann, Laura Reuter, Sven Rösner, Detlef Seggewisse und Daniel Seibel; zum 2. Dan: Elke Borgmeier, Meike Euler und Oliver Fritsch; zum 3. Dan: Jose Ponce, Lisa Wüste, Carsten Milcke und Michael Möller. Die Prüfer: Jo Covyn, Günter Heils, Bernd Schröder, Jose Pereira-Rodriguez, Rolf Heimann und Mirco Fabig.

Text: Silke Schramm
Fotos: Wolfgang Thies



Kata-Netzwerk Niederrhein-Münsterland

Das Kata-Netzwerk Niederrhein-Münsterland wurde Ende 2010 von Dieter Münnekhoff (Kleve), Michael Hoffmann (Marl) und Hans Urban (Dülmen) gegründet. Idee und Ziel ist es, Kata zu verbreiten. Dazu wird einmal im Monat ein gemeinsames, offenes Training für alle Kata-Interessierten angeboten. Die Trainingsorte variieren monatlich, so dass die Anreise für alle erträglich bleibt. Bei Interesse: mh@jbc-marl.de oder www.judokata-nrw.de



Kata-Mannschaftsturnier in Dülmen



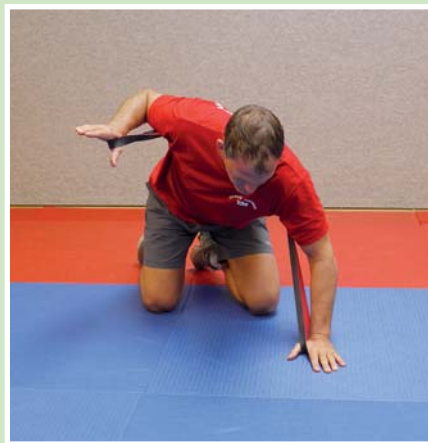
Gratulation

Auf der Kreis Dan-Versammlung in Krefeld erhielten zwei verdiente Judokas ein Weinpräsent. Bernd Gervers (KSV Moers) und Karl-Heinz Görtz (1. JC Mönchengladbach) vollendeten im vergangenen Jahr ihren 70. Geburtstag. Dazu gratuliert der gesamte Judokreis. Krankheitsbedingt konnte Dieter Schilling nicht der Versammlung beiwohnen. Ihm wurde im vergangenen Jahr der 6. Dan verliehen. Dazu bekam er vom NWDK-Kreis ein Buchgeschenk, welches ihm nachträglich durch den KDV überbracht wurde.

Hans-Georg Berndt

Krafttraining, Teil 42

Deuserband vom Rücken her mit beiden Händen fixieren. Gleichzeitig beide Arme horizontal nach vorne drücken. Oberkörper aufrecht halten und stabilisieren. Alternativ kann die Druckbewegung auch nach schräg oben oder unten ausgeführt werden.



Mittlere Bildreihe: Beim Liegestütz das Deuserband von hinten mit beiden Händen fassen. Aus dem Kniestand zuerst eine Hand auf dem Boden aufsetzen, dann die andere Hand. Deuserband mit den Händen fixieren, Beine nach hinten strecken und Liegestütz gegen den Widerstand des Bandes ausführen.



Brustdrücken mit dem Deuserband



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

Alle Übungen können mit 10-20 Wiederholungen und 3-4 Sätzen ausgeführt werden (je nach Zielsetzung).



Bildreihe unten: Mit Partner kann das Brustdrücken sowohl beidarmig als auch einarmig ausgeführt werden. Partner hält das Band mit einer oder beiden Händen fest. In hüftbreiter Fußstellung das Deuserband nach vorne drücken und dabei den ganzen Körper stabilisieren. Bei der einarmigen Ausführung stehen beide in Schrittstellung und die Druckbewegung wird mit einer leichten Rotation des Oberkörpers und der Hüfte ausgeführt.



Nage-waza-ura-no-Kata: Konter gegen Nage-no-Kata

von Wolfgang Dax-Romswinkel

Folge 3: Kata-guruma mit Sumi-gaeshi kontern

Wissenswertes über Kata-guruma

Zum Thema Kata-guruma fallen den meisten Judoka heutzutage zwei Dinge ein. Da sind zum einen die Änderungen der Wettkampfregelein, die die Anwendung aller „Beingreiftechniken“ - also auch des klassischen Kata-guruma - zunächst eingeschränkt haben. Derzeit wird ein vollständiges Verbot von der IJF erprobt, und vor den Weltmeisterschaften 2013 lässt sich kaum eine Prognose abgeben, wie die Regeln für den nächsten olympischen Zyklus lauten werden. Sollte es tatsächlich zu einem dauerhaften Verbot kommen, werden nicht nur die „Beingreiftechniken“ aus dem täglichen Randori verschwinden oder zumindest zurückgedrängt, sondern auch alle Kontertechniken dagegen. Dies wollen wir an dieser Stelle nicht weiter vertiefen, sondern lieber von der Geschichte der „Entdeckung“ des Kata-guruma durch Jigoro Kano berichten.

Jigoro Kano entdeckt den Kata-guruma

Zwischen Januar 1927 und Dezember 1928 erschien eine biografische Artikelserie über das Leben Jigoro Kanos, die auf Interviews mit ihm beruhte. Eine der bekanntesten Geschichten aus der Frühzeit des Judo ist die der Entdeckung des Kata-guruma. Weil sie so gut passt, soll sie in voller Länge zitiert werden (Aus T. Daigo, „Wurftechniken des Kodokan-Judo“, Band 1, Verlag Dieter Born):

»[...] Zu der Zeit, als ich zum Dojo von Fukuda (Anmerkung: Kanos erster Jujutsu-Lehrer von 1877 bis 1879) gegangen bin, gab es einmal einen Vorfall, an den ich mich auch heute noch gerne erinnere. Das ist wohl die Freude darüber, dass meine intensiven Bemühungen damals von Erfolg gekrönt waren. Wenn ich mit Aoki (Anmerkung: ein ebenfalls jugendlicher Trainingspartner), der jeden Tag zum Training kam, Randori machte, hatte ich keine besonderen Probleme mit ihm, aber gegen den wesentlich stärkeren Kanekichi Fukushima konnte ich nicht gewinnen, egal wie ich mich auch anstrengte.

Da ich ihn aber irgendwie besiegen wollte, kam mir die Idee, vielleicht Techniken aus dem Sumo zu lernen, um ihn zu besiegen. Zu jener Zeit gab es im Wohnheim der Universität einen Koch namens Kisoemon Uchiyama, von dem ich gehört hatte, dass er früher einmal ein Sumo-Kämpfer in der zweiten Liga (Nidanme) war. Von ihm lern- te ich verschiedene Sumo-Techniken, die ich dann gegen Fukushima ausprobierte – jedoch leider alle ohne Erfolg. Daraufhin habe ich mir selbst verschiedene Dinge ausgedacht und probiert, die aber nicht so wie gedacht funktioniert haben.

Deshalb habe ich mich dann umgekehrt gefragt, ob es nicht vielleicht im Westen irgendwelche effektiven Techniken gäbe, und bin in die Bibliothek von Ueno gegangen, die sich zu jener Zeit noch in der Halle des Yushima-Tempels befand, und habe dort verschiedene Bücher durchgesehen. Dort konnte ich zwar nichts entdecken, was so war, wie ich es mir vorgestellt hatte, aber in einem bestimmten Buch habe ich dann zumindest eine Technik entdeckt, von der ich dachte, dass sie vielleicht geeignet sein könnte.

Vom heutigen Standpunkt aus gesehen war es eine Abart des Kata-guruma. Da ich dachte, sie könnte geeignet sein, habe ich sie in der Schule an Freunden ausprobiert und siehe da, sie hat wunderbar funktioniert. Daraufhin bin ich dann ins Dojo gegangen und habe sie an Aoki ausprobiert, was auch gut funktioniert hat. Da ich nun ge-

nug Selbstvertrauen hatte, habe ich mich dann eines Tages dazu entschlossen, sie bei Fukushima anzusetzen – und sie hat hervorragend funktioniert, ich konnte seinen großen Körper geschickt zu Boden werfen. Es ist unbeschreiblich, wie ich mich damals darüber gefreut habe. Es war nicht nur die Freude darüber, gegen Fukushima, den ich normalerweise nie besiegen konnte, gewonnen zu haben, sondern es war vielmehr die Zufriedenheit darüber, dass die Anstrengungen, die sich über einen langen Zeitraum erstreckt hatten, schließlich zum Erfolg geführt hatten. [...]«

Die Geschichte hat oft Anlass zu Spekulationen darüber gegeben, in welchem Buch Kano denn seine Anregung gefunden haben könnte. Geklärt wurde es letztlich nie. Jedoch ist eine ganz andere Sache aus meiner Sicht bemerkenswert: J. Kano war es offensichtlich in den 1920er Jahren ein Anliegen, der Welt wissen zu lassen, dass er auch Techniken westlichen Ursprungs in sein Judo einbezogen hat, wenn es ihm hilfreich erschien.

Kata-guruma in den alten Schulen des Jujutsu

Kata-guruma, bzw. dem Kata-guruma verwandte Techniken, waren auch in zahlreichen Schulen des traditionellen Jujutsu bekannt. Ausführliche Darstellungen, teilweise auch mit Illustrationen, finden sich im bereits erwähnten Werk „Wurftechniken des Kodokan-Judo“, Band 1, von T. Daigo (10. Dan).

Kata-guruma in der Nage-no-Kata

Kata-guruma wurde als eine der letzten Techniken in die Nage-no-Kata aufgenommen. Ursprünglich war dort Sukui-nage enthalten. Der Austausch wurde zu Beginn des 20. Jahrhunderts vorgenommen.



Sukai-nage in Nage-no-Kata? Erst um das Jahr 1906 wurde Sukui-nage durch Kata-guruma ersetzt. Diese seltene Aufnahme zeigt Y. Yamashita, später 10. Dan, vermutlich im Jahr 1904 (Quelle: <http://www.library.umass.edu/spcoll/ead/muph006.htm>)

Kata-guruma in der Nage-no-Kata

Im Wesentlichen entscheiden vier Punkte über das Gelingen oder Nicht-Gelingen eines Kata-guruma in der Nage-no-Kata:

- Durch das Umgreifen im zweiten Schritt schützt sich Tori nicht nur selbst vor einer möglichen Würgetechnik, sondern schafft auch die Voraussetzungen für einen effektiven Zug.
- Wie bei so vielen anderen Techniken (z.B. Uki-otoshi) basiert der Gleichgewichtsbruch auf einer Distanzvergrößerung durch einen plötzlichen längeren Schritt Toris, bei dem er den nach vorne kommenden Uke mit einer Bewegung des ganzen Körpers mitnimmt.
- Uke will den Gleichgewichtsbruch verhindern, indem er den Oberkörper zurücknimmt, seine linke Hand an Toris Lende abstützt und dadurch „steif wie ein Brett“ wird. Tori kann dann Uke leicht um seinen Nacken rotieren lassen.



Würde Tori nicht umgreifen, könnte Uke im Moment des Tiefgehens leicht würgen.



Tori und Uke stehen sich „auf Grifflänge“ gegenüber. Wie z.B. auch bei Uki-otoshi will Uke greifen und dabei in Mi-gi-shizentai übergehen. Tori nutzt die Situation, greift einen Augenblick früher und zieht Uke nach vorne.

Uke folgt Tori mit einem Schritt des rechten Fußes und verhindert so, aus dem Gleichgewicht gebracht zu werden. Tori greift mit der linken Hand Ukes Ärmel von innen etwa in Höhe des Ellbogens und zieht dabei Uke zu einem zweiten Schritt nach vorne.



Um Ukes Gleichgewicht brechen zu können, macht Tori einen deutlich verlängerten dritten Schritt und zieht Uke dabei mit der linken Hand nach vorne oben aus dem Gleichgewicht. Gleichzeitig senkt er seine Hüfte ab, bringt seinen Nacken unter Ukes Schwerpunkt und umgreift dessen Oberschenkel so weit oben wie möglich, ohne Ukes Hose zu fassen. Uke versucht, sich durch Aufrichten zu verteidigen.

Durch Heranziehen des linken Fußes bringt Tori seinen Körper unter Uke und richtet sich auf. Uke beginnt um Toris Nacken zu rotieren. Toris fortgesetzter Zug mit der linken Hand sorgt dafür, dass Uke in gestreckter Haltung bleibt und aufgeladen wird.



Tori zieht den linken Fuß bis Schulterbreite heran und ist in diesem Moment vollständig aufgerichtet. Uke ist vollkommen gestreckt und in der Waagerechten. Ohne eine Pause zu machen, wechselt Tori die Zugrichtung seiner linken Hand nach vorne-unten und wirft Uke nach vorne links ab.



Ein wichtiges Detail beim Aufladen: sobald Uke nach vorne aus dem Gleichgewicht kommt, versucht er, sich durch Aufrichten und Abstützen mit der Hand zu stabilisieren. Letztlich hilft aber genau dies beim Aufladen.

Kata-guruma mit Sumi-gaeshi kontern (nach Umgreifen Ukes)



Achtung: so würde der Kata-guruma gelingen!

Eine Kontertechnik kann nur gelingen, wenn die Schlüsselemente der Angriffstechnik neutralisiert werden. Für das Gelingen eines Kata-guruma ist wichtig, dass der Gegner nach vorne aus dem Gleichgewicht gebracht wird und dann der Angreifer seinen Nacken unter den Schwerpunkt des Gegners bingt. Dies verhindert jedoch der Angegriffene durch einen ebenfalls verlängerten dritten Schritt und eine Körperdrehung.

Links ist noch einmal die Entstehung eines gelungenen Gleichgewichtsbruchs zum Kata-guruma zu sehen. Unmittelbar darunter die Verhinderung desselben. Zu beachten sind hierbei die Schrittlänge des Angegriffenen, die Position der jeweils vorderen Füße zueinander und in Folge davon die Vorderfußbelastung (oben) bzw. die zentrierte Haltung des Angegriffenen (unten).

Der restliche Verlauf der Technik folgt einem einfachen Schema. Man lässt sich hochheben, hakt jedoch mit einem Fuß ein, kann dadurch in der Luft nicht (so leicht) gedreht werden, verlagert in der Luft das eigene Gewicht so, das der Angreifer Übergewicht bekommt, um dann - wenn man wieder abgesetzt wird - sofort werfen zu können. Dieses grundsätzliche Rezept ist vor allem als Konter gegen Te-guruma populär geworden, unter anderem durch Shota Khabarelli.



Wenn Uke zum Kata-guruma seinen Schritt vergrößert, folgt Tori diesem verlängerten Schritt, hält seinen Oberkörper aufrecht ...

... und dreht sich mit dem Bauch zu Uke. Mit seinem linken Fuß hakt er an Toris rechtem Knie ein, lässt sich heben und achtet darauf, nicht auf Ukes Schulter aufgeladen zu werden.

Indem sich Tori nach hinten aufrichtet und dabei sein rechtes Bein als Schwungmassen einsetzt, bekommt Uke Übergewicht nach vorne. Er wird dadurch gezwungen, Tori abzusetzen, was dieser sofort für einen Sumi-gaeshi ausnutzt.



Dieselbe Aktion aus anderer Perspektive. Tori dreht sich zu Uke, hakt seinen Fuß in Ukes Knie ein und achtet darauf, nicht auf Ukes Schulter zu geraten.

Indem er sein rechtes Bein nach hinten schwingt und seinen Oberkörper aufrichtet, bringt er in der Luft Uke nach vorne aus dem Gleichgewicht. Fast gleichzeitig setzt Tori seinen linken Fuß auf den Boden und seinen zurück schwingenden rechten Fuß an Ukes Oberschenkel an.



Das abschließende Werfen mit Sumi-gaeshi bereitet nun keine Probleme mehr. Uke rollt bei seiner Fallübung üblicherweise in den Stand.

Achtung:

Wenn sich Tori auf Ukes Schulter aufladen lässt und Uke erst einmal einen stabilen Stand gefunden hat, ist es nicht mehr möglich, ihn aus dem Gleichgewicht zu bringen!



Kata-guruma mit Sumi-gaeshi kontern (ohne Umgreifen Ukes)



K. Mifune selbst hat wie sein Schüler K. Ito (siehe unten) die Technik etwas anders ausgeführt. Während man heutzutage allgemein so mit Kata-guruma angreift, wie dies auch in der Nage-no-Kata erfolgt, also mit Umgreifen zur Innenseite des Ellbogens im zweiten Schritt, „vergisst“ Uke dieses Umgreifen bei dieser Variante, was Tori zu einer etwas anderen Art der Kontrolle nutzt.

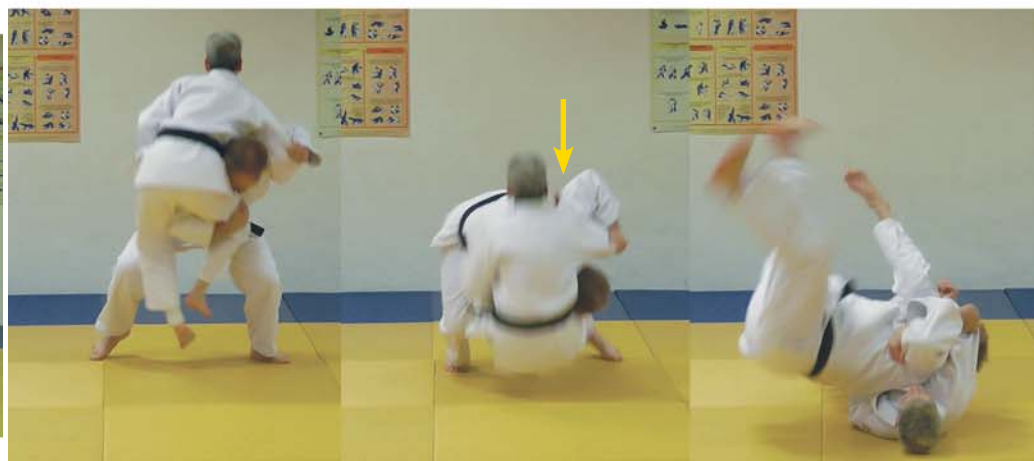
Während Uke also Toris Oberschenkel umgreift, schiebt Tori seinen rechten Unterarm unter Ukes linke Achsel und kann durch Heranziehen seines Armes an seinen eigenen Körper Ukes Nacken kontrollieren. Besonders deutlich wird dies auf den Bildern von K. Ito (ganz unten).

Insgesamt wird der Wurf dadurch „kleiner“. Anstatt über Toris Schulter hinweg zu rollen, rollt Uke aufgrund des engen Kontakts mehr über/auf Toris Brustkorb.

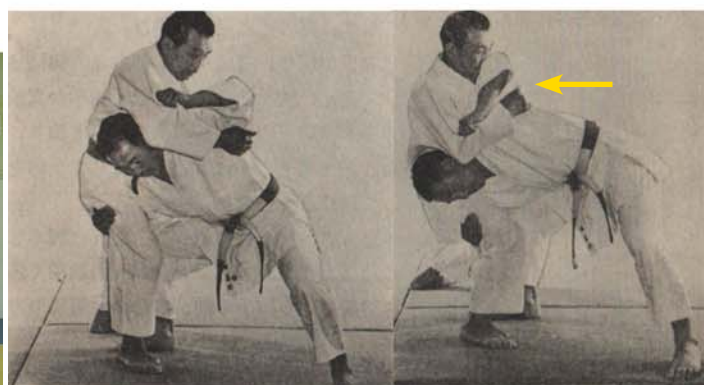


Uke hat „vergessen“ mit der linken Hand umzugreifen und setzt Kata-guruma an. Tori kommt wie bei der vorigen Variante auch mit einem großen Schritt und einer Körperdrehung nach vorne. Wichtig: er schiebt seinen rechten Unterarm unter Ukes linke Achsel.

Während Uke Tori anhebt, hakt Tori wie sonst auch seinen linken Fuß in Ukes Kniekehle ein und achtet darauf, nicht auf Ukes Schultern aufgeladen zu werden. Tori zieht dabei seinen rechten Unterarm an den eigenen Körper heran und kontrolliert so Ukes linke Schulter, sowie dessen Nacken und Kopf.



Der Wechsel der Perspektive macht den Unterschied zur vorigen Variante deutlich. Durch die Kontrolle von Ukes linkem Arm und Schulter kann Uke in Vorlage gezwungen werden. Dadurch, dass Ukes Kopf an Toris Hüfte fixiert ist, wird die Rollbewegung Ukes sehr klein, mit der Folge, dass Uke nach dem Fallen kaum in den Stand zu kommen kann.



Noch extremer ist K. Ito. Er zieht Ukes Oberarm regelrecht nach vorne oben, schiebt seinen Bauch nach vorne und bringt sein Körpergewicht so stark auf Ukes Nacken, dass dieser ihn gar nicht mehr anheben kann. Aus dieser Situation wirft er auch keinen Sumi-gaeshi, sondern Tawara-gaeshi (also ohne Einsatz des rechten Fußes gegen Ukes Oberschenkel.)

Ein kleines Fazit

Auch bei dieser Technik gibt es wieder einige Varianten, die es allesamt wert sind, geübt zu werden. Das Entscheidende ist jeweils, dass sich Tori nicht aus dem Gleichgewicht bringen und nicht auf Ukes Schultern aufladen lässt. Viel Spaß beim Üben wünschen

Ulla und Wolfgang

Bochumer Sportwissenschaftler entwickeln Regenerationsempfehlungen für Athleten

Nach Wettkämpfen und intensivem Training müssen sich Athleten schnell vollständig erholen. Für die optimale Gestaltung dieser Regenerationsphase gibt es allerdings kaum wissenschaftlich fundierte Empfehlungen. Das wollen Sportwissenschaftler der Ruhr-Universität Bochum ändern.

Gemeinsam mit Forschern der Universitäten Saarbrücken und Mainz vergleichen sie im Projekt „REGman“ die Wirksamkeit verschiedener Regenerationsmaßnahmen für unterschiedliche Belastungsformen. Die Bochumer Wissenschaftler wollen u.a. praxisnahe Diagnostikmethoden entwickeln, um den Erholungszustand eines Sportlers möglichst genau zu erfassen. Trainingsexperten analysieren parallel verschiedene Formen des intensiven Kraft- und Ausdauertrainings und messen den Leistungsverlauf.

Das Projekt wird vom Bundesinstitut für Sportwissenschaft über vier Jahre mit 1,4 Millionen Euro gefördert. (idr)

Förderung der Übungsarbeit

Auch 2013 können die Sportvereine wieder Mittel zur Förderung ihrer Übungsarbeit beim Landessportbund Nordrhein-Westfalen (LSB NRW) beantragen. Die Antragstellung ist vom 1. März bis zum 31. Mai 2013 möglich. Um einen Antrag auf Förderung der Übungsarbeit stellen zu können, muss die Bestandserhebung an den LSB NRW abgegeben sein. Der Antrag wird direkt online auf dem LSB-Sportportal gestellt. Dafür werden die Zugangsdaten benötigt, die auch schon für die Online-Bestandserhebung verwendet wurden. (LSB NRW)

Internet-Sportsender für NRW

Ab sofort können sich alle Sportarten mit bewegten Bildern auf NRWsport.TV präsentieren.

Das neue Internet-Portal www.nrw sport.tv ist am Start! Mit „NRWsport.TV“ bietet der Landessportbund NRW (LSB) allen Sportarten in Nordrhein-Westfalen die Möglichkeit, sich über bewegte Bilder im Internet darzustellen. Natürlich können sich auch Bünde und Vereine mit ihren Beiträgen bei „NRWsport.TV“ beteiligen.

„NRWsport.TV soll der zentrale Internet-Sportsender in NRW werden. Hierzu werden neben Inhalten, die durch den LSB produziert werden, auch Beiträge externer Nutzer (Verbände, Bünde, Vereine) gezeigt. Über eine einfache upload-Funktion können diese Beiträge in eine Datenbank hochgeladen werden und erscheinen nach Freigabe durch den LSB auf der Plattform NRWsport.TV“, erläutert Ilja Waßenhoven, zuständiges LSB-Vorstandsmitglied.

Kostenloser Player für die eigene Internetseite

Darüber hinaus wird allen Verbänden, Bünden und Vereinen auf Wunsch der neue „NRWsport.TV-Player“ zur Verfügung gestellt. Mit diesem Player, der einfach und kostenlos in die Internetseiten integriert wird, können alle Interessierten bewegte Bilder auf der eigenen Homepage zeigen. Dabei ist das Programm, das gezeigt wird, frei wählbar. Ob nur die selbst produzierten Filme, bestimmte Sportarten oder das komplette Programm von NRWsport.TV - alle Inhalte, die auf NRWsport.TV laufen, können auf jeder Homepage gezeigt werden. (LSB NRW)

IMPRESSUM

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

41. Jahrgang 2013

Herausgeber, Verlag, Redaktion, Anzeigen- und Aboverwaltung:

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 28,00 €

Bei Bankeinzug ermäßigt sich der Preis für das Jahresabonnement auf 24,00 €. Bezugsgebühren werden jeweils für das Kalenderjahr erhoben.

Einzelheftpreis: 3,50 € (zzgl. Versandkosten)

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 Speicherung und Verarbeitung in Datensystemen.

Neue Vereine in den Fachverbänden

Nordrhein-Westfälischer Hapkido-Verband e.V.

Neuaufnahmen:

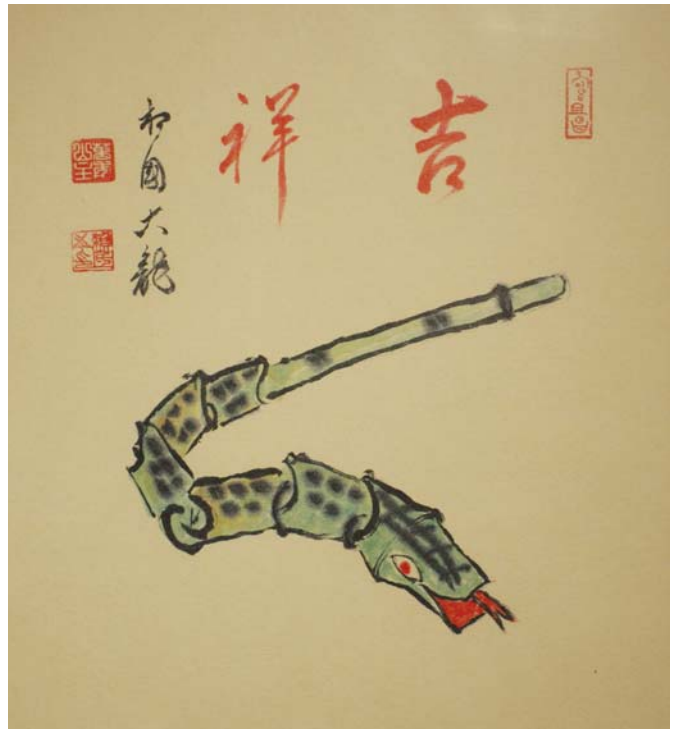
Hap-Ki-Do Club Harsewinkel
Norbert Schwenke
Gütersloher Str. 45
33428 Harsewinkel

Simsang-Dojang Aachen
Michael Herrmann
Reumontstr. 49
52064 Aachen



Start in das neue Trainingsjahr

In der zweiten Januarwoche trafen sich Aikidokas zum Training in der kältesten Tages- und Jahreszeit. Fünf Tage lang wurde früh morgens eine zusätzliche Trainingseinheit angeboten. Dieses Kangeiko folgt einer japanischen Tradition im Budo und fördert die Selbstdisziplin und dient in den in Japan oft unbeheizten Dojos auch der körperlichen Abhärtung. In diesem Jahr beschränkte sich die Übung allerdings in Anbetracht frühlingshafter Temperaturen auf die Überwindung des inneren Schweinehundes, der zu nachtschlafender Zeit (das Training fand in der Zeit von 5:30 bis 6:15 Uhr statt) oft wenig Verständnis für körperliche Betätigung aufzubringen vermag. Immerhin 20 Teilnehmer aus den Dojos in Essen und Moers folgten der japanischen Tradition und übten unter der Anleitung von Volker Marczona, 5. Dan Tendoryu Aikido. Das durchgehende Thema dieser Woche war die Bewegung aus der Mitte heraus und das richtige Timing. Ausgehend von Sabaki über Irimi Nage, Shiho Nage, Kote Gaeshi und Sankyo in verschiedenen Variationen blieb die Bewegung aus dem Zentrum in langen Übungssequenzen die herausfordernde Anweisung.



Alle Teilnehmer durften sich am Ende über die erzielten Trainingsfortschritte sowie eine Urkunde und die Kopie einer japanischen Kalligraphie zum „Jahr der Schlange“ freuen. Den Abschluss dieser ersten vollen Trainingswoche bildete ein letztes Training am Sonntagmorgen, in dessen Anschluss zwei Aikidokas von ihrem Trainer zum 4. Kyu graduiert wurden. Ein gelungener Start in das neue Trainingsjahr, auf den alle beim anschließenden Kagami Biraki, dem „Brechen des Spiegels“ (im Sake-Fässchen) anstoßen konnten.





Hoshinsul

Landesmeisterschaften Technik

Zum Ende des Jahres 2012 standen wie jedes Jahr die Landesmeisterschaften Technik auf dem Programm des NWHV. Zahlreiche Hapkidoisten waren hierzu ins westfälische Clarholz angereist, bei den Senioren jedoch leider mit einer geringeren Teilnehmerzahl als im Vorjahr, ein Problem vieler Sportverbände. Der ausrichtende Clarholzer Verein hatte für eine angemessene Atmosphäre und gute Organisation gesorgt und stellte so einen reibungslosen Ablauf der Wettbewerbe sicher. Nach der Eröffnung durch einen Vertreter der Stadt sowie durch den 1. Vorsitzenden des NWHV begann der Morgen mit den fünf Klassen der jugendlichen Wettkämpfer. Sie mussten zunächst in der ersten Runde sieben vorgegebene Techniken aus den Bereichen Fallschule, Fußtechniken und Hoshinsul demonstrieren. Nach der Auswertung durch die vier Punktrichter standen in der Reihenfolge ihrer Platzierungen sieben frei gewählte Techniken auf dem Programm. Zum Mittag konnte die Jugendleitung bereits die Siegerehrung vornehmen. Im Anschluss standen am Nachmittag die Senioren in ihren Wettkampfklassen auf der Matte. Den Abschluss bildete schließlich die Entscheidung im Bruchtest. Die zahlreichen Zuschauer sahen auch hier in allen Kategorien ausgezeichnete Leistungen der Teilnehmer und spannende Wettbewerbe.

Text: Detlef Klos
Fotos: Holger Becker



Landesmeister Jugend

bis 10 Jahre:

11-14 Jahre, 6. Kup:

bis 14 Jahre, 5.-2. Kup:

15-17 Jahre, 10.-6. Kup:

15-17 Jahre, 5.-1. Kup:

Anna-Zoe Geisel, Budogem. Schwerte

Maik Knoch, TSV Victoria Clarholz

Fabio Willmer, Budogem. Schwerte

Tom Friedrich, Hammer Sportclub 08

Lars Braaksmä, Herzebrocker Sportverein

Landesmeister Senioren

Selbstverteidigung Kup-Klasse:

Selbstverteidigung Dan-Klasse:

Traditionelle Form Kup-Klasse:

Traditionelle Form Dan-Klasse:

Waffenform Kup-Klasse:

Waffenform Dan-Klasse:

Freestyle-Form Kup-Klasse:

Freestyle-Form Dan-Klasse:

Partnerform Kup-Klasse:

Bruchtest Kup-Klasse:

Bruchtest Dan-Klasse:

Gordon Pieler, Budogem. Schwerte

Guido Böse, Budogemeinschaft Schwerte

Svenja Frese, Budogemeinschaft Schwerte

Guido Böse, Budogemeinschaft Schwerte

Pascal Wältermann, TSV Victoria Clarholz

Guido Böse, Budogemeinschaft Schwerte

Carolin Bastian, Budogem. Schwerte

Guido Böse, Budogemeinschaft Schwerte

P. Wältermann/C. Kärger, Victoria Clarholz

Gordon Pieler, Budogem. Schwerte

Daniel Gonzalez, SVA Gütersloh



Pflichttechniken der Jugend (links); Gordon Pieler, Landesmeister im Bruchtest (oben)



Gezieltes Werfen von Steinen

Waffen im Hapkido

Techniken mit Wurfmaterial

Techniken mit den unterschiedlichsten Wurfmaterialien beruhen auf uralten koreanischen Traditionen. Zum ersten Mal kam ich mit diesen Techniken in Berührung, als wir 1967 bei Großmeister Pak In Syuk Messerwerfen trainierten. Ich hatte sie danach gedanklich schon als altertümlich bis hin zu „Zirkusstücken“ abgetan. Doch dann musste ich bei Großmeister Ji Han Jae stundenlang Steinwerfen üben und er verblüffte mich mehrmals, indem er aus dem Handgelenk vielfach gezielt Steine auf Nervenpunkte schleuderte. Er sagte auch, dass er während seiner Aufenthalte zu Filmaufnahmen in Hongkong immer einige lose Geldmünzen in der Tasche hatte, um gegebenenfalls diese Techniken einzusetzen.

Grundsätzlich kann in einer Selbstverteidigungssituation alles Greifbare als Wurfobjekt genutzt werden. Ein Messer, eine Axt, Teller, Tassen, Werkzeug, Sand, Kies, Steine, Münzen, Flüssigkeiten (z.B. heiße Getränke) sind nur eine kleine Anzahl an Beispielen. Im herkömmlichen Hapkido gehört das Trainieren mit Wurfobjekten zum Training der höheren Dan-Träger. Typisch dabei sind das aus der koreanischen Geschichte entstandene Werfen von Sand, kleinen Steinen, Münzen, Messer und Nadeln, wobei die dabei angewandten Techniken gleichermaßen für alle Objekte gelten.

Auch in einigen Formen, wie z.B. der Ki-Hap-Hyong, wird das Werfen von Gegenständen gegen einen (imaginären) Gegner angedeutet.

Sand

Sand wird in der Regel zum Blenden des Angreifers durch Schleudern in die Augen angewandt, andererseits aber auch, um den Angreifer durch das Werfen des Sandes vor die Füße und dem somit rutschenden Untergrund aus dem Gleichgewicht zu bringen. Der Sand kann sowohl mit den Händen geworfen, als auch mit den Füßen hoch gewirbelt werden.

Steine

Steine eignen sich durch ihre große Masse und dementsprechend hoher Wirkung im Ziel zum Angriff gegen vitale Punkte und können durchaus zu ernsthaften Verletzungen führen. Trainiert wird das Werfen auf Zielscheiben aus dem Stehen, dem Liegen, dem Gehen, oder im Anschluss an ein Hapkidorolle. Wichtig hierbei sind besonders die Würfe aus dem Liegen unter dem Aspekt, dass der Verteidiger zu Fall gekommen ist und sich zur Abwehr einen auf dem Boden liegenden Stein greift, um diesen gezielt auf einen vitalen Punkt zu schleudern.

Münzen

Münzen werden, wie auch die Steine, einzeln oder auch zu mehreren geworfen und richten sich generell gegen vitale Ziele, wie beispielsweise die Augen, wobei sich jedoch jeder andere Ki-Punkt ebenso eignet. Häufig werden sie auch als Schocktechnik zur Vorbereitung auf andere Techniken angewandt, denn einige lose Münzen kann man hierzu immer in der Tasche haben. Die unterschiedlichen Wurftechniken unterscheiden sich in ihrer Anwendung nicht vom Werfen eines Steines. So kann eine mit Kraft geworfene Münze aufgrund ihrer hohen Energie in einer Holzscheibe stecken bleiben.

Teller

Teller eignen sich bei größeren Entfernungen und treffen bei einem gezielten Wurf das Ziel mit dem Rand. Auch hier ist der bevorzugte Treffpunkt der Kopf. Die verschiedenen Wurftechniken, wie Vorhand- oder Rückhandwürfe, sieht man heute noch beim Werfen einer Frisbeescheibe und als antike Techniken finden sie deshalb noch ihre Anwendung in Selbstverteidigungssituationen.

Pfeile

Eine alte koreanische Kampftechnik ist das Werfen von spitzen Gegenständen wie Pfeile oder Nadeln, wobei die Pfeile aus Metall, aber auch als Holz oder Bambus bestanden. In der Geschichte waren sie zudem auch häufig mit Gift benetzt und da man sie verdeckt in der Hand hielt, konnten sie kontrolliert auf mittlere Entfernung eingesetzt werden. Zielpunkte dabei waren Gesicht und Augen.

Text: Detlef Klos
Fotos: Holger Becker



Steinwurf nach einer Falltechnik



*Sei unabhängig,
finde deine innere
Stärke, geh in die
Welt und strahle auf
alle Wesen.*

(Buddhistische Weisheit)



Dies dachten auch zwei Meister der Jiu-Jitsu Union NW, Peter Frank und Uwe Reichert, und so planten sie eine Reise in's Mutterland unserer Kampfkunst Japan. Im November 2012 war es soweit: Von Frankfurt über Peking ging es mit dem Flieger nach Osaka Kansai-Airport und von dort mit dem Schnellzug „Haruka“ in das ca. 100 km entfernte Kyoto, der Kulturhauptstadt Japans. Gebucht war dort ein traditionelles japanisches Hotel (Ryokan) mit Tatami-Zimmer und traditionellen Futons zum schlafen. Nach einer fast zweitägigen Anreise standen unseren beiden Meistern nun neun Tage zur Verfügung, um Land und Leute sowie die Errungenschaften Japans zu erkunden. Aber erst einmal wurde ausgiebig auf den weichen Futons ausgeschlafen.

Der erste Tag stand im Zeichen von Unsicherheit, viel Neugier und Erkunden der näheren Umgebung. Wobei sich schnell herausstellte, dass einer der zahllosen Tempel in Kyoto immer in der Nähe war. So wurden am ersten Tag gleich drei Tempel zu Fuß erkundet: der To-ji, mit der höchsten Holzpagode Japans und die beiden buddhistischen Tempel Higashi Hongan-ji und Nishi Hongan-ji. Über das Internet hatten unsere beiden Zeit-Japaner Kontakt zu einer Kyotoerin, die sich, als sie von den Reiseplänen erfuhr, spontan bereit erklärte, für einen Tag als Reiseführerin zu agieren. So nutzte man direkt den ersten Abend, um sich persönlich kennen zu lernen. Die Empfehlung von Yuko Nishizaki, den Abend in einem traditionellem japanischen Restaurant zu verbringen und dort Pläne für die nächsten Tage zu schmieden, wurde gerne angenommen.

Der zweite Tag startete mit Sonnenschein und dann auch gleich mit einem Abenteuer: Busfahren in Kyoto. Wie sich aber schnell herausstellte, war das doch gar nicht so schwer. Mit dem Bus fuhr man einmal quer durch Kyoto, um die Tempel-Attraktion Kyotos zu besuchen: der goldene Pavillon Kinkakuji. Der Anblick und die Atmosphäre dort waren atemberaubend und ergreifend. Bei schönstem Wetter strahlte der goldene Pavillon in der Sonne, ein Anblick, den kein Foto dieser Welt wiedergeben kann. Als nächste Ziele an diesem Tag standen der Ryoanji mit seinem Zen-Garten der 15 Steine, welcher wohl einer der meist fotografierten Zen-Gärten Japans ist, und der Ninna-ji, in dem im Jahre 899 der abgedankte Kaiser Uda-Tenno als buddhistischer Mönch lebte.

Am dritten Tag waren der silberne Pavillon Ginkakuji und die Burg Nijo Nijo-jo Ziel unserer beiden Städtereisenden. Im Ginkakuji fanden sie den wohl am aufwendigsten gestalteten Zen-Garten dieser Reise. Was dort aus Sand bzw. feinem Splitt gestaltet wurde, verschlägt einem einfach nur die Sprache. Aber auch die Burg Nijo

konnte nicht nur mit ihrem wunderbaren Park begeistern, sondern auch mit der Eigenheit, dass der Boden der Burg nicht geräuschlos betreten werden konnte. Aus Angst vor nächtlichen Angriffen der Ninja lies der damalige Shogun den Boden so erbauen, dass selbst die kleinste Berührung des Bodens ein helles quietschendes Geräusch hervor brachte.



Am vierten Tag ging es dann in etwas weiter entfernte Gegenden von Kyoto und so fuhr man mit dem Bus in die angrenzenden Berglandschaften und besuchte dort den traditionsreichen Shinto-Schrein „Kamigamo-Shrine“. Von dort aus wollten unsere beiden Sportkamerden sich auf's gerade Wohl zu Fuß den Weg zurück zum Kyotoer Zentrum suchen, um vielleicht auf ihrem Weg Tempel und Schreine zu finden, die in Reisführern nicht beschrieben sind. Und sie wurden belohnt: Gefunden wurde der Tempel Unrin-in, der ohne Touristen und ohne Trubel still und andächtig versteckt zwischen Wohnhäusern lag. Da es noch recht früh am Tag war, entschlossen sich die Beiden, noch weitere Tempel zu besuchen und erkundeten die Tempelanlagen von Imamiya-jija und Daitoku-ji mit dem Kloster Daisen-in.

Der fünfte Tag kann wohl mit recht als das Highlight der Reise angesehen werden. Yuko Nishizaki zeigte „Ihr“ Kyoto. Gestartet wurde an der Kyoto-Station, von dort fuhr man zum Kiyomizu-dera, dem Tempel des reinen Wassers. Ein Tempel erbaut an einem Hang in den

Bergen von Kyoto. Ein Weltkulturerbe der Unesco. Die Besonderheit ist hier der Wasserfall des Otowa-no-taki, wo drei einzelne Wasserkanäle in ein Becken stürzen. Tempelbesucher fangen das Wasser in Metallschalen auf und trinken es, da gesagt wird, dass es heilende Kräfte besitzt und Gesundheit, ein langes Leben und Erfolg bringt. Natürlich wurde das Wasser von Peter und Uwe getrunken. Danach zeigte Yuko den Bezirk Gion mit den traditionellen Vergnügungshäusern mit ihren Geishas. Jetzt folgte der Besuch eines sehr kleinen buddhistischen Klosters mit zwei wunderschönen Zen-Gärten. Yuko erklärte, wie man sich bei einer Meditation verhält und bot an, in dem ansonsten menschenleeren Meditationsraum mit Blick auf den Zen-Garten, für eine halbe Stunde zu meditieren und inne zu halten. So verbrachte man einige Zeit in völliger innerer Ruhe an diesem Ort, dem Entokuin.



Das Hitaki Matsuri, im Fushimi Inari Schrein, ist ein Fest im Shintoismus und füllte den sechsten Tag der Reise aus. Der Fushimi Inari Schrein ist der Tempel der 1.000 Torii und das Hitaki Matsuri ist ein Verbrennungsritual. An diesem Tag werden die von den Gläubigen am Schrein auf Holztäfelchen hinterlassenen Wünsche feierlich verbrannt. Ein Erlebnis ganz besonderer Art.

Bei so einer Reise darf natürlich auch das Shopping nicht zu kurz kommen. Perfekt zum Shoppen ist Shinkyogoku, ein Einkaufszentrum im Herzen von Kyoto. Und damit genügend Zeit dafür zu Verfügung stand, wurde der komplette siebte Tag dafür genutzt. Handgemachte Namensstempel aus Stein, Kimonos, japanischer grüner Tee und Souvenirs für die Familie in Deutschland wurden gekauft.

Die Zeit im Herbst und die damit verbundene Herbstlaubfärbung Momiji sind in Japan ein Fest der Farben. Um dieses einmal zu erleben und zu sehen, wurde der achte Tag genutzt. In den Bergen Kyotos, ca. eine Busstunde vom Zentrum Kyotos entfernt, liegt die Tempelanlage Nanzen-ji. Dort war die Herbstlaubfärbung schon richtig schön zu sehen. In den zur Tempelanlage gehörenden Klöstern Nanzen-in und Tenjuan strahlten die Zen-Gärten in einer Farbenpracht, wie sie hierzulande nicht zu sehen sind.

Der letzte Tag präsentierte sich so unfreundlich, als wolle er unseren beiden Sportlern den Abschied leicht machen. Es regnete in Strömen. Also wurde die Zeit genutzt, um sich das Manga-Museum in Kyoto anzusehen. Danach schauten sich die Beiden noch das Rathaus an und beschlossen, nochmal ausgiebig in der Sushi-Bar in Kyoto-Station zu schlemmen. Jetzt wurde es endgültig Zeit, die Koffer zu packen. Der Hotelbesitzer verabschiedete sich noch mit einer kleinen Aufmerksamkeit und einem Erinnerungsfoto. Am nächsten Morgen um 5:00 Uhr musste die Heimreise mit viel Wehmut, aber mit noch mehr Freude über das Gesehene und Erlebte angetreten werden. Unsere beiden Meister erlebten Japan als ein sehr gastfreundliches, hilfsbereites und aufgeschlossenes Land. Viele zufällige und auch geplante Begegnungen und Gespräche mit Japanern, wenn auch teilweise mit Händen und Füßen, machten diese Reise zusätzlich zu einem unvergesslichen Erlebnis. Was uns wieder zum Anfang bringt: *Sei unabhängig, finde deine innere Stärke, geh in die Welt und strahle auf alle Wesen.*

Uwe Reichert



Peter Frank (rechts) und Uwe Reichert bei ihrer Japanreise

Jiu Jitsu - Kampfkunst, Kampfsport, Selbstverteidigung

Ist Jiu Jitsu immer gleich Jiu Jitsu? Oder gibt es Unterschiede auch innerhalb unseres Systems? Und wo sind sie sichtbar, oder wo müssen wir ihnen Rechnung tragen? Wir wollen hier einmal die drei Hauptformen genauer ausführen:

Jiu Jitsu als Kampfkunst

Die Wurzeln des Jiu Jitsu liegen bekanntlich in den alten Kampf- bzw. Kriegskünsten Asiens. Jiu Jitsu hat sich dann innerhalb der japanische Systeme heraus gebildet. Alte Schulen wie das Takenouchi ryu trainieren heute noch wie schon im 17. Jahrhundert. Techniken hieraus sind nach wie vor Bestandteil unseres Jiu Jitsu. Aber sind alle Techniken heute „zu gebrauchen“?

Die Antwort muss lauten: Kommt darauf an wofür. Wir werden heute natürlich nicht mehr mit alten Waffen wie dem Schwert angegriffen (oder sehr selten, vorgekommen ist es schon); und da wir auch nicht mehr mit dem Schwert oder Dolch herumlaufen, macht es auch keinen Sinn, sich entsprechend zur Wehr setzen zu müssen. Aber - es geht um die Erhaltung einer alten Kunst. Um das Demonstrieren von alten Techniken, einem japanischen Kulturgut. Und wenn man schönes, spektakuläres Jiu Jitsu sehen möchte, dann sind die alten Techniken immer noch das beste Aushängeschild. Besonders dann, wenn sie in Kimono und Hakama demonstriert werden. Hier wird aber auch sofort klar, dass dies in unserem Alltag so nicht nützlich ist. Kampfkunst - das sind also die Wurzeln, die Basis und letztendlich das Gesamtwerk Jiu Jitsu.



Kampfkunst - M. Sülz und A. Koltzsch demonstrieren traditionelles Jiu Jitsu



Kampfsport - Techniktraining

Jiu Jitsu als Kampfsport

Wenn wir heute auf die Matte gehen, haben wir in der Bekleidung schon Abstriche gemacht, eben weil es im Hakama nicht immer einfach ist, sich gut zu bewegen. Aber wir halten dennoch die Etikette ein. Und wir betreiben Jiu Jitsu nach Regeln. Kampfsport heißt, nach einem Regelwerk zu kämpfen. So können wir Randori, Bodenkämpfe, Kata-Meisterschaften und andere Wettkämpfe bestreiten, ohne den anderen zu verletzen. Wir können gewinnen oder verlieren, aber auf sportlicher, fairer Ebene. Wir haben Gegner aber keine Feinde. Auch das Trainieren der Techniken, die wir als Selbstverteidigung erlernen, muss gewissen Regeln unterliegen. Auch hier steht die Gesundheit unseres Partners an erster Stelle. Wir können beim Training keinen Hebel durchziehen, der ursprünglich dafür entwickelt wurde, dem Feind den Arm zu brechen.

Kampfsport heißt also: mit dem Partner zu lernen, zu trainieren, zu kämpfen, und dabei Spaß zu haben. Kampfsport heißt auch, etwas für die Gesundheit und das körperliche Wohlbefinden zu tun. Dazu gehört auch, dass man in einer Gemeinschaft mit Gleichgesinnten zusammen ist. Man betreibt gemeinsam Sport.

Jiu Jitsu als Selbstverteidigung

Selbstverteidigung ist der Hauptgrund für die meisten Menschen, heute zu Tage mit Jiu Jitsu anzufangen. Und es ist auch der Hauptbestandteil des Trainings, den Jiu Jitsu, ob traditionell oder modern, hat, den Sinn sich in einem Kampf gegen einen Angreifer (oder mehrere) erfolgreich zur Wehr zu setzen. Hier muss man den modernen Anforderungen der Selbstverteidigung gerecht werden, und Techniken trainieren, die uns heutzutage weiter helfen. Angriffe gegen moderne Waffen und gegen Situationen unserer heutigen Alltagswelt sollen so realistisch wie möglich geübt werden. Man soll hierbei auch versuchen, möglichst nah (realistisch) an den echten Angriff zu kommen und möglichst nah an die Abwehr. Einzig die eigene und die Gesundheit unseres Partners setzt uns hier wieder Grenzen. Ansonsten muss Selbstverteidigung immer und überall möglich sein.

Mit Jiu Jitsu betreiben wir also eine alte Kampfkunst und lernen Techniken, mit denen wir uns heute noch absolut effektiv verteidigen können; oder einfach nur so zum Spaß miteinander kämpfen. Wir lernen eine realistische, vielfältige Selbstverteidigung, die zu den erfolgreichsten der Welt gehört. Und wenn wir diese demonstrieren möchten, können wir daraus eine Kunst machen. Eine Prüfung beispielsweise wird sowohl realistische, straßentaugliche Selbstverteidigung enthalten, als auch anspruchsvolle, technisch schwierige Kampfkunst. Eine Ansprungschere zum Kopf kann kaum im Straßenkampf eingesetzt werden, auch wenn man sie noch so gut beherrscht. Sie wird aber auf einer Dan-Prüfung oder Vorführung mit Sicherheit hohe Anerkennung finden. Egal ob Sport, Kunst, Kampf oder Wettkampf - alle diese Elemente gehören zusammen und machen letztendlich die Faszination des Jiu Jitsu aus. Wichtig für den Jiu Jitsuka ist es allerdings zu wissen, wann man keine Kunst anwenden sollte, und wann es mit den Regeln vorbei ist. Dann geht es um Selbstverteidigung und diese Unterschiede müssen klar sein.

Text: Martin Sülz
Fotos: Anja Fuchs



Jiu Jitsu Training



Selbstverteidigung - ist überall möglich



Ein weiteres Foto von der Japanreise von Peter Frank und Uwe Reichert



Winterlehrgang zum Vereinsjubiläum des Bujindo Mülheim

Denke nicht so oft an das, was dir fehlt, sondern an das, was du hast. Im Winter fällt das manchmal schwer, denn die kalte Jahreszeit zwingt uns, an das zu denken, was uns wirklich bestimmt: Das, was wir sind und tun. Ob Marc Aurel schon an das Training der Kampfkünste in einer fernen Zukunft dachte, bleibt für immer ein Geheimnis. Fest steht, dass auch in der römischen und griechischen Antike das Kämpfen - die Kampfkünste - einen sehr hohen Stellenwert hatten. In der heutigen Zeit haben wir das Glück, uns mit Budo und Kampfkunst in einer Weise auseinander setzen zu dürfen, die über den reinen Zweck und den Gedanken der Pflicht einer Anwendung hinaus geht. Das unterscheidet uns von den Römern, die hierfür die Formel *ars gratia artis* (wörtlich *Die Kunst für die Kunst*, also *die Kunst um der Kunst willen*) gefunden hatten. Der Franzose nennt dies *L'art pour l'art*. Das schließt auch den freundschaftlichen Kontakt zu anderen Vereinen, Kampfkünsten oder -sportarten mit ein. In Zeiten der Feindschaft und des Krieges ist Austausch von Wissen möglicherweise nicht nur mit Vorteilen verbunden. Wissen bedeutet Macht, Vorteil, und zwar im Kampf um Leben und Tod. Somit hat man es in früheren Zeiten vorgezogen, Wissen zu schützen und es zu Ge-

heimwissen zu machen. Das trifft besonders auf die Kampfkünste zu. Den Kampf zu üben, und zwar ohne gezwungen zu sein, kämpfen zu müssen - das ist ein Privileg.

Der Nachwuchs ist gesichert



Übergabe des Geschenks zum 20-jährigen Jubiläum

Jugendlehrgang in Mülheim - ein kunterbunter Spaß

Für alle 12- bis 17-jährigen Jiu Jitsukas in NRW hieß es: „Auf zum letzten Lehrgang im Jahre 2012“. Das Thema lautete in diesem Jahr „Verbesserung der Reflexe und Reaktionsfähigkeit im Jiu Jitsu“. Christian Weber (2. Dan Jiu Jitsu, 2. Dan Jiudo) führte die Anwesenden in Vertretung für André Rasche (Jugendwart DJJB, 3. Dan Jiu Jitsu, 2. Dan Jiudo) mit sicherer Hand durch den Lehrgang. Erfreulicherweise fanden Teilnehmer vieler verschiedener Vereine den Weg nach Mülheim an der Ruhr in das Dojo des Bushido Mülheim, so dass sich die Jugendlichen in sportlicher Atmosphäre bei diversen Übungen über die Vereinsgrenzen hinweg austauschen konnten.

Ein zentrales Werkzeug zur Verbesserung der Reflexe und Reaktionen war das „Brainflow“ Konzept, bei dem Körper und Gehirn gleichermaßen gefordert werden. Verschiedene Bewegungen wurden dazu mit unterschiedlichen Farben oder Zahlen kombiniert. Auf Zuruf der Farbe oder Zahl müssen die festgelegten Bewegungen möglichst schnell umgesetzt werden. Schon beim Aufwärmen wurden drei

einfache Schläge mit dem Ausweichen in verschiedene Richtungen kombiniert. Diese Schlagkombination wurde in die Fallübung mit eingebaut, wobei auch die eine oder andere kleine Mathematikaufgabe gestellt wurde, um die „Zahl“ zu errechnen, die es dann in Ausweichen und Schlagen umzusetzen galt. Nach dem Schlagen blieben die Farben gleich, die Bewegungen wurden jedoch getauscht und durch Fallübungen nach vorne, hinten und zur Seite ersetzt. Es galt also wieder umzudenken und sich neu zu orientieren.

Nach der Vorbereitung im Aufwärmtraining und in der Fallübung wurden zwei Abwehrtechniken gegen Würgen von vorne und von hinten einstudiert, um mit diesen Techniken wieder in die Farbenlehre des „Brainflows“ einzutauchen. Bei den Abwehrtechniken wurde ein besonderes Augenmerk auf das Hochziehen der Schultern und das Heranziehen des Kinns gelegt, um diese Schutzbewegung zu automatisieren. Nach dem ersten Kennenlernen der Technik mit dem Partner, ging es in Dreier-Teams (einmal Tori, zweimal Uke), so dass sowohl von vorne als auch von hinten angegriffen werden konnte, während Tori zwischen den beiden Ukes stand. Alle Teilnehmer meisterten die Herausforderungen des Lehrgangs mit viel Aufmerksamkeit, Engagement und Spaß an der neuen Körper-Geist-Erfahrung.

Christian Weber

Das Foto zeigt Christian Weber mit den Teilnehmern des Jugendlehrgangs

Ganz im Geiste dieses freundschaftlichen Austausches stand der Winterlehrgang im Dojo des Bujindo Mülheim. - 20 Jahre sind eine lange Zeit. So ließ es sich Dieter Lösgen (10. Dan Jiu Jitsu, Präsident von KID/DJJB) auch nicht nehmen, Josef Djakovic (7. Dan Jiu Jitsu, 2. Dan Jiudo und 1. Vorsitzender KID/DJJB), welcher den Bujindo Mülheim seit nunmehr zwei Jahrzehnten erfolgreich leitet, zu diesem Jubiläum zu gratulieren und ihm als Geschenk von DJJB und KID eine Glasplatte mit Gravur zu überreichen. Nach dieser Ehrung für die verdienstvollen Jahrzehnte als Cheflehrer auf der Matte des Bujindo Mülheim übermittelte der Cheflehrer des Bujindo Mülheim herzliche Glückwünsche an Andreas Dolny (2. Dan Jiu Jitsu, 1. Dan Jiudo), der vor kurzem Vater von Tochter Amalia geworden ist - allemal ein Anlass, schon wieder einen Blick auf die Zeit und die Zukunft zu werfen; *Amalia, dein Gi liegt parat!*

Nach dem Aufwärmtraining hatten die 70 aktiven Budokas aus den Reihen des Jiu Jitsu und Karate (Boxen) die Gelegenheit, in drei Einheiten Boxen, Jiu Jitsu und Goju Ryu Karate zu üben. Die erste Einheit, das Boxen, wurde von Christoph Urbanowicz (Diplom-sportlehrer, 2. Dan Goju Ryu Karate) geleitet. Die anwesenden Jiu-Jitsukas - und Gäste aus dem Karate - kamen in den Genuss, sich die Boxhandschuhe überzuziehen und für die Zeit der Einheit Boxen den



„Ring“ zu betreten. Hier wurden neben den klassischen Boxtechniken vor allem Kombinationen geübt. Im zweiten Durchgang zeigte Josef Djakovic abwechslungsreiches Jiu Jitsu. Im Mittelpunkt standen Variationen von Abwehren mit bekannten Technikbausteinen wie zum Beispiel dem O-soto-gari. Wie es schon Christoph Urbanowicz zuvor getan hatte, so knüpfte auch Josef Djakovic immer wieder an vorherige Techniken an und demonstrierte Alternativen, die von den Lehrgangsteilnehmern mit Begeisterung geübt wurden.

Den dritten Teil des Winterlehrgangs - der als der erste von vier ange-dachten Lehrgängen des Bujindo Mülheim zum 20-jährigen Jubiläum zu betrachten ist - bestritt erneut Christoph Urbanowicz - diesmal mit Goju Ryu Karate und ausgewählten Techniken. Insgesamt ist festzuhalten, dass die 70 Lehrgangsteilnehmer sehr dynamisch und begeistert waren und den „roten Faden“, der von Josef Djakovic und Christoph Urbanowicz vom Boxen über das Jiu Jitsu bis hin zum Goju Ryu Karate gesponnen wurde, aufnahmen und die gezeigten Techniken gerne als Bereicherung in ihr Technikrepertoire einfließen ließen, was den Gedanken *Kampfkunst um der Kampfkunst willen* harmonisch abrundete.

Text: Volker Schwarz

Fotos: Dinka Djakovic, Andreas Dolny, Volker Schwarz





Dan-Prüfung

Nach rund zwölf bis 18 Monaten intensiver Vorbereitung fand in Rheinbach die zentrale Dan-Prüfung des DFJJ NW statt. Hierzu waren insgesamt fünf Prüflinge erschienen, die alle für die Prüfung zum 1. Dan angemeldet waren. Die Prüfungskommission setzte sich zusammen aus Dr. Heinz Schorn, 8. Dan, Peter Römermann, 5. Dan und Andreas Kress 5. Dan. Dr. Heinz Schorn, Vorsitzender der Prüfungskommission, nutzte die Zeit vor dem Prüfungsbeginn, um mit den Prüflingen die japanischen Rollbilder, welche die Sporthalle schmückten, zu besprechen und zu interpretieren. Auf diese Weise gelang es ihm, die doch bei allen Prüflingen vorhandene gesunde Nervosität auf ein Normalmaß zu reduzieren. Um 13:00 Uhr begann dann nach dem Aufwärmtraining die Prüfung mit der Fallschule. Weiter wurden die Vorkenntnisse und Prüfungstechniken aus den Bereichen Hebel, Würfe und Karate abgefragt. Aufgelockert wurde der erste Teil der Prüfung mit dem Demonstrieren der Halte- und Transporttechniken sowie der Gegenwürfe und Weiterleitungstechniken, bevor es nach einer kurzen Pause dann mit der Selbstverteidigung gegen unbewaffnete und bewaffnete Angriffe weiterging.

Von den Zuschauern mit Spannung erwartet wurde der Prüfungsabschnitt Abwehr bewaffneter Angriffe. Die Prüflinge zeigten hier dem 1. Dan angemessene Techniken in der Abwehr der Stock-, Messer-, Pistolenangriffe und gegen bewegliche Waffen (Kette). Den

Abschluss der Prüfung bildete der letzte Prüfungsteil mit der freien Selbstverteidigung gegen mehrere Angreifer, den Kombinationen und der Kata. Hier mussten die Prüflinge zunächst selbst entwickelte längere Kombinationen zeigen, in denen die Elemente des Jiu Jitsu (Judo, Karate, Aikido, Hebel und Nervendruckpunkte) sinnvoll in der Aktion/Reaktion von Uke und Tori miteinander zu verknüpfen waren.

Die Kata mit vorgegebenen Techniken und Tempis bildete den Höhepunkt der Prüfung. Nach ca. vier Stunden zogen sich die Prüfer um 17:15 Uhr zur Beratung zurück. Eine Viertelstunde später nahmen die Prüflinge Aufstellung, um das Prüfungsergebnis zu erfahren. Dr. Heinz Schorn, 1. Vorsitzender des DFJJ NW und Prüfungswart, zeigte sich abschließend darüber erfreut, dass mit Ursula und Greta wieder zwei junge Frauen als Dan-Träger Funktionen in ihren Vereinen und im Verband wahrnehmen und auch „lebensefahrene“ Jiu Jitukas nicht die Mühen scheuen, sich einer mehrstündigen Dan-Prüfung erfolgreich zu stellen. Heinz nahm noch Bezug auf einige Punkte der Prüfung und gab schließlich das Ergebnis bekannt. Alle Prüflinge haben ihr Prüfungsziel erreicht. Der DFJJ NW gratuliert zum 1. Dan: Ursula Kalt und Christoph Willer (Katana), Christian Busch, Thomas Barbachowski und Greta Barbachowski (ASV Lank). Herzlichen Glückwunsch! Um 18:30 Uhr wurde im nahe gelegenen Brauhaus Rheinbach auf die gelungene Dan-Prüfung angestoßen.

Text: K.-H. Muhs
Fotos: Ursula und Johannes





JU·JUTSU NRW

SELBSTVERTEIDIGUNG · FITNESS · WETTKAMPF
NORDRHEIN-WESTFÄLISCHER JU-JUTSU VERBAND E.V.

Sven Loevenich vermittelt Kombinationen

Es war ein Wiedersehen alter Freunde. Die Sportler begrüßten Sven Loevenich in Heinsberg. Sven, der beruflich zum Niederrhein ziehen musste, stammt ja bekanntlich aus Stolberg und hat so seine Wurzeln im Bezirk Aachen. Nun war er wieder da und vermittelte in seiner bekannten und sympathischen Art Anfängern und Fortgeschrittenen seine Vorstellungen von Kombinationen. Er „zäumte das Pferd von hinten auf“, was bedeutete, dass er mit dem Ende der Kombinationen anfing. Eine funktionierende Kombination endet meist mit einer Festlegetechnik am Boden. Festlegen bedeutet Kontrolle der Situation. Hier setzte Sven seinen ersten Schwerpunkt. Um die Kontrolle zu bewahren, muss man den Uke anschließend „finalisieren“ oder aufheben, um ihn dann zu transportieren. Sven stellte hierzu verschiedene Möglichkeiten dar, passend für Anfänger wie auch für die Fortgeschrittenen. Nach dem Bearbeiten der Schlussphase der Techniken ging es zu den Kombinationen. Verteidigung gegen Angriffe mit und ohne Kontakt stand hier auf dem Programm. So arbeiteten die Teilnehmer nun die Kombinationen in der richtigen Reihenfolge ab, legten aber ein besonderes Augenmerk auf das Ende der Techniken. Vielen Dank Sven für die Ideen und die angenehme Lernumgebung. Wir freuen uns auf deinen nächsten Besuch.

Andreas Dern



Beine, Beine und nochmals Beine

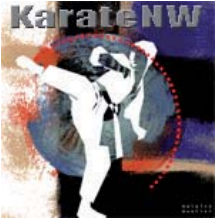
Wie seit vielen Jahren schon läutete Achim Hanke (8. Dan Ju-Jutsu) das Ju-Jutsu-Lehrgangsjahr in NRW ein. Es ist zwar nicht ganz der erste Lehrgang des Jahres, aber für viele der Startschuss ins neue Jahr. Das Dojo des Pulheimer SC füllte sich mit sagenhaften 153 Ju-Jutsukas aus NRW und Gästen aus anderen Bundesländern, die angereist waren, um an diesem Event zum Jahresbeginn teilzunehmen.

Thematisch drehte sich diesmal alles um die Beine. Angefangen mit Atemitechniken wie Fußstoß vorwärts und Halbkreistritten, brachte Achim die Sportler schnell auf Temperatur. Ein Innenlowkick mit dem Schienbein diente schließlich dem Einstieg in eine Kombination. Von dort aus beleuchtete Achim viele unterschiedliche Möglichkeiten, die sich unter Zuhilfenahme der Beine eröffneten. Zum einen wurden Beingreiftechniken geübt, so dass die Beine des Partners beispielsweise zum Werfen benutzt wurden. Zum anderen zeigte Achim vielfältige Optionen, die eigenen Beine zum Werfen, Hebeln und Würgen einzusetzen. Die letzte Stunde des Lehrgangs widmete Achim vor allem den Bodentechniken, da die Arbeit und Beweglichkeit der Beine für Ju-Jutsu in der Bodenlage essenziell ist.

Die Ju-Jutsu-Sportler blieben trotz der Wärme und Enge, die sich durch die große Anzahl der Lehrgangsteilnehmer ergab, bis zum Ende engagiert und versuchten, die von Achim präsentierten Ideen und Konzepte umzusetzen. Vielen Dank an Achim für einen tollen Lehrgang mit viel Spaß und Schweiß.

Annika Brüggemann





Fortbildungsmaßnahme West

Die erste Fortbildungsmaßnahme West 2013 fand in Wattenscheid in der Turnhalle der Pestalozzi-Realschule statt. Der Stützpunktleiter Klaus Lammers-Wiegang hatte zum Training eingeladen. Als Trainer warteten Marcus Haack und Mario Peters mit einem abwechslungsreichen Training auf. Die Teilnehmer aus den Dojos von Nordrhein-Westfalen wurden in zwei Gruppen eingeteilt und mussten an diesem Nachmittag zwei Trainingseinheiten absolvieren. Besonders auf eine korrekte Ausführung der Armtechniken in Verbindung mit einem sicheren Stand bei der Kata wurde geachtet und immer wieder auf feh-

lerhafte Ausführungen hingewiesen. Auf Dynamik in Verbindung mit Kraft und Schnelligkeit wurde bewusst verzichtet, anstrengend war das Training trotzdem.

Beim Kumite stand das Finden der richtigen Distanz zum Partner für einen sauberen Angriff ohne Trefferwirkung im Vordergrund. Konzentriert gingen alle Karatekas miteinander um, so dass alle die erste Fortbildungsmaßnahme als gelungen bezeichneten.

Bis zu den Sommerferien finden noch vier Fortbildungsmaßnahmen und verschiedene Vergleichskämpfe statt. Andere Landesverbände schaffen es im ganzen Jahr nur auf vier Veranstaltungen. Klaus Lammers-Wiegang hat sich mit den Landestrainern aus Nordrhein-Westfalen für eine deutliche Erhöhung der geplanten Fortbildungsmaßnahmen eingesetzt. Der Medaillenspiegel beim JKA-Cup 2012 in

Bottrop zeigt deutlich, dass die Fortbildungsmaßnahmen greifen; von 29 Finalbegegnungen waren 21 mit Teilnehmern aus Nordrhein-Westfalen besetzt und elf Mal standen Karatekas aus Nordrhein-Westfalen auf dem obersten Podestplatz.

Stefan Larisch





Jubiläumsfeier mit den Geehrten, Moderator Werner Hansch und dem NWTV-Präsidium Jessica Kölling, Burkhard Ladewig und Wilfried Peters



Feier zum 35-jährigen Verbandsjubiläum

Mit einer stimmungsvollen Feierlichkeit im „Haus Opherdicke“ beging der NWTV sein 35-jähriges Jubiläum. Die 70 Gäste ließen sich von Moderator Werner Hansch durch das Programm und zum reichlichen, schmackhaften Buffet führen. Die „Voice Boyz“ unterhielten mit gekonntem stimmungsvollen und fetzigen Gesang. Verdiente Personen und Vereine wurden mit einer Urkunde und Ehrennadeln geehrt. Die Feier ging mit Musik und Tanz bis in die Nacht.

Im NWTV möchte man daraus eine Tradition machen und jeweils am ersten Wochenende im Februar dieses Event als Sportlerball regelmäßig durchführen.

Erfolgreiche Dan-Prüfung

Feierlich zum 1. Advent fand die zweite NWTV-Dan-Prüfung mit sieben Teilnehmern zum 1. bis 5. Dan in der Halle in Plettenberg statt. Das Teilnehmerfeld mit Sportlern aus Herne und Plettenberg stellte sich dem Urteil der Prüfer, die unter der Leitung des Präsidenten des NWTV Wilfried Peters (6. Dan), Dr. Jörg Raven (5. Dan) und Dr. Jörg Bücher (3. Dan) bei allen Anwärtern zu einem einheitlichen Ergebnis kamen. Drei Teilnehmer kamen aus Herne und die anderen vier Teilnehmer waren aus Plettenberg. Insgesamt sollten ein Teilnehmer zum 5. Dan überprüft, ein Teilnehmer zum 3. Dan sowie jeweils zwei Teilnehmer zum 2. und 1. Dan geprüft werden.

Nach der Begrüßung durch die Prüfungsreferenten startete die Prüfung planmäßig um 11:00 Uhr. Nach monate- oder sogar jahrelanger Vorbereitungszeit während und nach den offiziellen Trainingszeiten, fieberten die Teilnehmer einer besonderen Prüfung entgegen. Als erstes mussten die Prüflinge ihr Können in den festgelegten Abläufen (genannt Tul) unter Beweis stellen. Anhand dieser Abläufe kann die Ausführung der einzelnen Techniken und Bewegungsausführungen bewertet werden. Als nächstes wurden die festgelegten Partnerübungen (genannt 3-2-1-Schritt-Kampf) vorgeführt, wobei es dabei auf die Körperbeherrschung und die richtig definierten Techniken am Partner ankam. Des Weiteren waren noch die Selbstverteidigung (genannt Hosinsul) sowie der Kampf und die immer wieder spektakulären Bruchtests von Brettern zu absolvieren. Der theoretische Teil wurde bereits am Ende des im Oktober 2012 durchgeführten Dan- Vorbereitungslehrgangs in schriftlicher Form geprüft. Die Prüfer waren mit dem gezeigten sehr zufrieden und haben somit gegen 16:00 Uhr die Ergebnisse den Prüflingen unterbreitet. Die Freude und die Erleichterung der Teilnehmer über die bestandene Prüfung waren sehr groß und wir gratulieren noch einmal recht herzlich zu diesem Erfolg.

Termine

- 10. März 2013 Jahreshauptversammlung in Dortmund-Bövinghausen (Bürgerhaus) ab 10:30 Uhr
- 13. April 2013 Prüfer- und Kampfrichterseminar in Plettenberg
- 18./19. Mai 2013 Budo-Lehrgang des BKV Dortmund
- 26. Mai 2013 Dan-Kollegium
- 1. Juni 2013 NWTV-NRW-Meisterschaft (ggf. in Kooperation mit der ITF-G als deren 2. Nachwuchs- und Ranglisten-turnier)
- 9. Juni 2013 Dan-Vorbereitungslehrgang beim TV Wanne, Herne
- 15. Juni 2013 ITF-G-Seminar beim TV Wanne, Herne
- 28.-30. Juni 2013 NWTV-Trainingscamp in Hennef
- 14. Juli 2013 NWTV-Dan-Prüfung beim TV Wanne, Herne
- 12. Oktober 2013 NWTV-Westdeutsche Meisterschaft (Ausrichter gesucht)
- 13. Oktober 2013 Dan-Vorbereitungslehrgang in Dortmund (MSV oder BKV)
- 1. Dezember 2013 Dan-Prüfung in Dortmund (MSV oder BKV)

Bestanden haben: zum 1. Dan: Raphael Schulz und Thomas Knigge, beide aus Herne; zum 2. Dan: Christian Traumüller, Kai Gäde aus Plettenberg und Phil Lembach aus Herne; zum 3. Dan: Michael Deckert aus Plettenberg; zum 5. Dan: Holger Kosch aus Plettenberg.

von links nach rechts: Phil Lembach, Raphael Schulz, Thomas Knigge, Christian Traumüller, Kai Gäde, Holger Kosch, Michael Deckert, Dr. Jörg Raven, Dr. Jörg Bücher, Wilfried Peters





Das Jahr fängt gut an

Neben der Gründungsversammlung zu einer SV-Fachschaft am 12. Januar 2013, bei der Vereinsvertreter aus zwölf Vereinen des WVNW zugegen waren, fanden sich auch Lernwillige aus neun Vereinen zum 1. Dan-Vorbereitungslehrgang der Fachschaft Shaolin Kempo ein. Dieser erste Prüfungsvorbereitungslehrgang im Jahr, der traditionell seit Jahren immer in den Räumlichkeiten des 1. SKV Moers stattfindet, war auch diesmal wieder bis auf den letzten Platz belegt. Die Sportler kamen zum Formenlehrgang zusammen, bei dem die eigenen Kenntnisse zu den Schüler- und Meisterformen überprüft werden konnten.

Es gab sicherlich einige Schüler- wie auch Meistergrade, die Änderungen oder sogar Neues mit nach Hause nehmen konnten. Am Ende waren alle sehr zufrieden und gaben dem Referenten Klaus Konrad einen herzlichen Applaus mit auf den Weg. Auch die neu gegründete Fachschaft SV-Ziweishu schaffte einen sehr zufriedenstellenden Anfang mit Erarbeitung der nötigen Ordnungen, Wahl des Vorstandes sowie Beschluss zur ersten Fachschaftsversammlung. Alles in allem, ein guter Start ins Jahr!

der budoka

ISSN 0948-4124

Bestellschein / Einzugsermächtigung

Bitte schicken Sie den „budoka“ ab Monat _____ an nachfolgende Adresse.
 Ich bezahle für 10 Ausgaben im Jahr 28,00 € / bei Bankeinzug 24,00 €
 (Bezugsjahr ist das Kalenderjahr).
 Die Kündigung des Abos ist mit einer Frist von sechs Wochen zum Ende des Kalenderjahres möglich.

Name: _____ Vorname: _____

Straße: _____

PLZ: _____ Wohnort: _____

Kontonummer: _____

Bankleitzahl: _____

Name des Geldinstituts: _____

Kontoinhaber: _____

Datum/Unterschrift: _____

Diese Bestellung kann innerhalb einer Frist von 8 Tagen widerrufen werden. Zur Wahrung der Frist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs an den Dachverband für Budotechniken NW e.V., Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg.

**An den
 Dachverband für Budotechniken
 Nordrhein-Westfalen e.V.
 Geschäftsstelle
 Postfach 10 15 06
 47015 Duisburg**

BUND

11. Internationaler Garvida-Cup für die weibliche Jugend U 16 - Sichtungsturnier des DJB

Ausrichter: DJK Adler 07 Bottrop e.V. Abt. Judo.

Ort: Halle An der Berufsschule, An der Berufsschule 20, 46236 Bottrop (Eingang Gladbecker Str. 81).

Zeitplan: Freitag, 12. April 2013: 19:00 - 20:00 Uhr Waage für alle Gewichtsklassen. **Samstag, 13. April 2013:** 9:00 - 9:30 Uhr Waage für die Gewichtsklassen -36, -40, -44, -48 kg. 11:30 - 12:00 Uhr Waage für die Gewichtsklassen -52, -57, -63, -70, +70 kg.

Startberechtigt: Alle weiblichen Judokas der Jahrgänge 1998, 1999 und 2000.

Modus: Doppel-KO-System mit Trostrunde (bis 32 Teilnehmerinnen), KO-System mit doppelter Trostrunde (ab 33 Teilnehmerinnen), Poolsystem (bei niedrigen Teilnehmerzahlen). Es wird nach den Wettkampfregeln der U 18 gekämpft. (4 Minuten Kampfzeit, Shime-waza und Kansetsu-waza sind erlaubt).

Mattenzahl: 4 Matten 6 x 6 m.

Meldung: an Verbandsjugendleiterin Trixi Sturm, Steinfelder Str. 12 a, 42781 Haan, Tel.: 0 21 29 / 37 33 17, Fax: 0 21 29 / 37 33 19, E-Mail: trixi.sturm@nwjv.de

Die Meldung muss unbedingt folgende Angaben enthalten: Name, Vorname, Verein, Landesverband, Jahrgang, Kyu-Grad, Gewichtsklasse. Für die Meldung sollte der E-Melder (siehe NWJV-Homepage) benutzt werden. Die Meldung verpflichtet zur Zahlung des Meldegeldes. Bei Nachmeldungen oder verspätet eingehenden Meldungen wird doppeltes Meldegeld erhoben.

Meldeschluss: 8.4.2013 (Eingang).

Meldegeld: 13,00 € je Kämpferin, sind auf das Konto der DJK Adler 07 Bottrop, Kto.-Nr. 30346 bei der Sparkasse Bottrop, BLZ 424 512 20 bis zum Meldeschluss zu überweisen. Der Zahlungsbeleg ist dem Ausrichter vor Veranstaltungsbeginn vorzulegen. Der Überweisungsträger muss den Namen des Vereins/Verbandes sowie die Anzahl der Gemeldeten enthalten. Bei Einzelüberweisungen ist zusätzlich der Name der Kämpferin anzugeben.

Kontaktpersonen: Ulrich Griesdorn, Tel.: 0 20 41 / 6 05 40, mobil: 01 73 / 5 33 76 98, E-Mail: ulrich.griesdorn@gmx.de; Daniel Knappik, Tel.: 0 20 41 / 76 54 13, mobil: 01 76 / 23 31 62 92, E-Mail: d.knappik@web.de

Quartier: Hotelliste unter www.bottrop.de (Tourist Center).

Infos: www.garvida-cup.de und www.judoadler-bottrop.de

Anreise: von der A 2 kommend: Ausfahrt Bottrop, rechts ab Richtung Bottrop, über die Kirchhellener Straße, knapp 3 km, bei Burger King links Richtung Gladbeck in die Gladbecker Straße, nach ca. 200 m liegt die Halle auf der linken Seite; von der A 42 kommend: Ausfahrt Bottrop, Richtung Stadtmitte, immer geradeaus, nach ca. 2,2 km vor Burger King rechts in die Gladbecker Straße, nach ca. 200 m liegt die Halle auf der linken Seite.

Eintritt: 3,00 €

15. Internationaler Sparda-Cup für die männliche Jugend U 16 - Sichtungsturnier des DJB

Ausrichter: Polizei-Sportverein Duisburg 1920 e.V. Abteilung Judo, Erik Gruhn, Emmericher Str. 274 a, 47138 Duisburg, Tel.: 02 03 / 33 96 17, Fax: 02 03 / 33 96 42, E-Mail: info@psv-duisburg-judo.de, Internet: www.psv-duisburg-judo.de, www.itu15.de

Ort: Gesamtschule Duisburg-Süd, Großenbaumer Allee 168-174, 47269 Duisburg-Großenbaum.

Zeitplan: Freitag, 12. April 2013: 19:00 - 19:45 Uhr Waage in den Gewichtsklassen -37, -40, -43, -46 und -50 kg. **Samstag, 13. April 2013:** 10:00 - 10:45 Uhr Waage in den Gewichtsklassen -37, -40, -43, -46 und -50 kg. 11:00 - 11:30 Uhr Eröffnungsveranstaltung. 11:35 Uhr Begrüßung. 19:00 - 19:30 Uhr Waage in den Gewichtsklassen -55, -60, -66, -73 und +73 kg. **Sonntag, 14. April 2013:** 9:15 - 9:45 Uhr Waage in den Gewichtsklassen -55, -60, -66, -73 und +73 kg. 10:00 Uhr Begrüßung.

Mattenzahl: 4 Matten 7 x 7 m.
Teilnehmer: männliche Judokas der Jahrgänge 1998, 1999 und 2000.

Modus: Doppel-KO-System oder KO-System mit doppelter Trostrunde (bei hohen Teilnehmerzahlen) oder Poolsystem (bei niedrigen Teilnehmerzahlen). Es wird nach den Wettkampfregeln der U 18 gekämpft (4 Minuten Kampfzeit, Shime-waza und Kansetsu-waza sind erlaubt).

Meldungen: per E-Melder an meldung@itu15.de. Meldungen ohne E-Melder mit Angabe von Name, Vorname, Geburtsjahr, Gewichtsklasse, Graduierung, Verein und Landesverband per Briefpost an Erik Gruhn, Emmericher Str. 274 a, 47138 Duisburg oder per Fax: 02 03 / 33 96 42 oder per E-Mail: meldung@itu15.de

Meldegeld: 13,00 € je Kämpfer, per Überweisung bis zum Meldeschluss: an PSV Duisburg, Kto.-Nr. 449699430, Postbank Essen, BLZ 360 100 43 oder per Bankeinzugermächtigung: Bitte Kontonummer, Bankleitzahl, Bankinstitut und Kontoinhaber mit der Meldung angeben. Das Meldegeld wird dann abgebucht.

Meldeschluss: 8.4.2013 (Eingang). Bei Meldungen, die nach Meldeschluss eingehen oder am Wettkampftag erfolgen, wird ein Meldegeld in Höhe von 26,00 € je Kämpfer erhoben. Meldung verpflichtet zur Zahlung.

Anreisehinweise: A 3 bis Autobahnkreuz Breitscheid, auf die A 524 Richtung Krefeld, Abfahrt Duisburg-Rahm (AS 8) rechts auf die Angermunder Straße, geradeaus (Straßenname ändert sich in Großenbaumer Allee), nach ca. 2,5 km liegt die Gesamtschule auf der rechten Seite;

über A 40 oder A 42 auf die A 59 Richtung Düsseldorf, Abfahrt Duisburg-Buchholz (AS 14), links in die Sittarsberger Allee, an der Ampel sofort rechts in die Lindenstraße, am Straßenende rechts in die Großenbaumer Allee, nach ca. 500 m liegt die Gesamtschule auf der linken Seite. Öffentliche Verkehrsmittel: von Duisburg-Hbf. Osteingang Bstg. 1 mit der Buslinie 934 Richtung Großenbaum Bf. Ost, Haltestelle Eibenweg (Fahrzeit: 21 Minuten).

Offene Deutsche Einzel- und Mannschaftsmeisterschaften für Senioren (Frauen und Männer ab 30)

Ausrichter: PSV Bochum e.V., Abteilung Judo und Jiu-Jitsu.

Ansprechpartner: Jürgen Wagner, E-Mail: psvbojudo@arcor.de, Tel.: 0 23 27 / 7 53 82.

Ort/Wettkampfhalle: Rundsporthalle, Stadionring, 44791 Bochum.

Zeitplan: Freitag, 26. April 2013: ab 15:00 Uhr inoffizielles Wiegen in der Wettkampfhalle. 15:30 - 19:00 Uhr Akkreditierung in der Wettkampfhalle, Registrierung (Bestätigung der Meldung) und Ausgabe der Startkarten gegen Nachweis der Zahlung des Meldegeldes. Athleten/-innen, die nicht am Freitag akkreditiert wurden, werden grundsätzlich aus der Teilnehmerliste gestrichen. 16:30 - 19:15 Uhr offizielles Wiegen in der Wettkampfhalle, anschließend Auslosung und Erstellung der Wettkampflisten.

Samstag, 27. April 2013: Einzelmeisterschaften: 9:30 Uhr Eröffnung. 10:00 Uhr Wettkampfbeginn. Geplanter Verlauf: ab 10:00 Uhr: alle Frauenklassen, M 1, M 7, M 8. ab 13:00 Uhr: M 5, M 6. ab 16:00 Uhr: M 2, M 3, M 4. **Sonntag, 28. April 2013:** Mannschaftsmeisterschaften: ab 9:00 Uhr: TF 1, TF 2 und TM 1. ab 11:00 Uhr: TM 2 und TM 3.

Bei den o. g. Zeiten handelt sich um „Richtzeiten“; je nach Teilnehmerzahl kann der Wettkampfbeginn der einzelnen Gruppen verschoben werden.

Altersklassen: Frauen: 30-34, 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-60, über 60 Jahre. Männer: 30-34, 35-39, 40-44, 45-49, 50-54, 55-59, 60-64, über 65 Jahre; entscheidend ist der Geburtsjahrgang. Mannschaft: Frauen: -57, -70, +70 kg. TF 1: 30 -39 Jahre, TF 2: ab 40 Jahren. Männer: -66, -73, -81, -90, +90 kg. TM 1: 30-39 Jahre; TM 2: 40 - 49 Jahre; TM 3: ab 50 Jahren.

Reglement: Gewichtsklassen-Einzel laut IJF-Regeln. Bis 5 Meldungen, pro AK und GK, kämpft jeder gegen jeden (Pool), ab 6 Meldungen KO-System mit doppelter Trostrunde. Reglement Team: Frauen: Vereinsteam mit bis zu einer Fremdstarterin, Kampfgemeinschaften aus zwei Landesverbänden, Landesverband-Teams mit einer Fremdstarterin. Männer: Vereinsteam mit bis zu zwei Fremdstartern, Kampfgemeinschaften aus zwei Landesverbänden, Landesverband-Teams mit zwei Fremdstartern.

Wettkampfzeit: 30-59 Jahre: 3 Minuten, ab 60 Jahre: 2 Minuten, mit Pflichtentscheid (ohne Golden Score).

Modus: KO-System mit doppelter Trostrunde bzw. Pool und Pflichtentscheid.

Teilnehmer: Judokas, die Mitglied eines dem DJB angeschlossenen Vereins sind. Ausländer, die nachweislich ihren Wohnsitz seit mindestens einem Jahr in Deutschland haben. Der gültige Judopass und die Wettkampflizenz sind an der Waage vorzulegen.

Meldungen: erfolgen durch die Vereine, nur über das DJB Judo-Portal! Meldungen von Judokas ohne gültige Wettkampflizenz sind nicht möglich! Bei der Meldung kann im Feld „Notiz“ (Notiz-Icon anklicken) angegeben werden, ob ein Mannschaftsstart erfolgen wird bzw. man noch eine Mannschaft sucht. Informationen zum Meldeverfahren gibt ggf. Rainer Hussong, Tel.: 0 69 / 67 72 08 18 (d.). Meldungen (Einzel) sind nur gültig in Verbindung mit der Zahlung des Meldegeldes an den PSV Bochum: Bank: PAX Bank, Kto.-Nr. 2008396011, BLZ 370 601 93, Stichwort „DEM ü30“ mit Angabe des Namens und des Vereins. Die Meldungen der Mannschaften erfolgen am Samstag, 27.04.2013,

auf ausgeteilten Meldebögen, in der Zeit von 17:00 - 19:00 Uhr in der Wettkampfhalle. Ausschlaggebend ist das Wettkampfgewicht vom Waagetag. Das Meldegeld für die Mannschaft/er ist bei Abgabe des Meldebogens in bar zu entrichten.

Meldegeld: 30,00 € je gemeldetem/er Kämpfer/ in (Einzel), zu überweisen! Frauenteam: 60,00 €, Männerteam: 90,00 € (Zahlung vor Ort).

Hinweise: Eingegangene Meldungen werden unter www.judobund.de unter Termine „27. April 2013“ veröffentlicht. Zu tragen sind weiße und blaue Judogi mit offizieller DJB-Rücknummer entsprechend DJB-Regelung.

Infos: Homepage der PSV Bochum, www.judo-bochum.de

Meldeschluss: 16.4.2013.

Wegbeschreibung: über die A 40, Abfahrt Nr. 36; Weiterfahrt bis zum Kreisverkehr, Kreisverkehr die linke Ausfahrt nehmen, am Ende der Straße liegt die Rundsporthalle links neben dem VfL Stadion. Da es an der Rundsporthalle nur eine begrenzte Anzahl von Parkplätzen gibt, wird empfohlen rechtzeitig zu parken (u. a. an der Castroper Straße) oder Anfahrt mit der Straßenbahn 308/318, die Haltestelle ist ca. 150 m von der Halle entfernt.

werden. Alle Teilnehmer Uke und Tori müssen einen gültigen Judopass vorlegen, ebenso eine gültige DJB-Wettkampflizenz und Rückennummern.

Wegbeschreibung: A 33 Richtung Paderborn, Ausfahrt Borchen, dann ca. 1 km geradeaus auf der Haarener Straße, Die Turnhalle liegt auf der rechten Seite.

LAND

28. Rhein-Ruhr-Wanderpokalturnier - Landeseinzeltturnier für Frauen U 18, Männer U 18, Frauen U 21, Männer U 21, Frauen und Männer

Ausrichter: MSV Duisburg 02 Judo e.V.

Ort: Sporthalle an der Westender Straße, 47138 Duisburg-Meiderich (am MSV-Clubhaus).

Zeitplan: Samstag, 20. April 2013: 9:00 - 9:30 Uhr Waage Männer U 21. 11:30 - 12:00 Uhr Waage Frauen U 21. 13:30 - 14:00 Uhr Waage Frauen und Männer. **Sonntag, 21. April 2013:** 9:00 - 9:30 Uhr Waage Frauen U 18. 12:00 - 12:30 Uhr Waage Männer U 18.

Hinweis: Der doppelstartberechtigte Jahrgang 1996 muss sich entscheiden, für welche Altersklasse er startet.

Mattenzahl: 4 Matten 7 x 7 m.

Meldungen: Frauen U 18, Männer U 18, Frauen U 21 und Männer U 21: an Verbandsjugendleiter Jörg Bräutigam, Bielefelder Str. 125, 44625 Herne, Tel.: 0 23 25 / 4 83 97, Fax: 0 23 25 / 94 00 17, E-Mail: Joerg.Braeutigam@nwjv.de; Frauen und Männer: an Erika Ullrich, Gustav-Schippers-Weg 15, 46499 Hamminkeln, Tel.: 0 28 52 / 96 04 68, Fax: 0 28 52 / 25 18, E-Mail: Erika.Ullrich@nwjv.de

Die Meldungen müssen folgende Angaben enthalten: Name, Vorname, Verein, Jahrgang, Gewichtsklasse, Kyu- oder Dan-Grad. Für die Meldung sollte der E-Melder (siehe www.nwjv.de) benutzt werden.

Meldegeld: 10,00 € je Teilnehmer/in, zu überweisen bis Meldeschluss auf das Konto MSV Duisburg, bei der Sparkasse Duisburg, Kto.-Nr. 234005080, BLZ 350 500 00. Der Zahlungsnachweis ist vor Veranstaltungsbeginn vorzulegen. Auf dem Überweisungsträger ist der Name des Vereins und die Anzahl der Gemeldeten zu vermerken. Meldung verpflichtet zur Zahlung des Meldegeldes. Bei verspätet eingehenden Meldungen oder Nachmeldungen wird doppeltes Meldegeld erhoben, zu zahlen vor der Waage in bar. Eine Scheckzahlung ist nicht möglich.

Meldeschluss: 15.4.2013 (Eingang).

Eingeladene Vereine: JC Reuver, Kai in Sho Roermond. Judoschool Veendam.

Ärztliche Betreuung: Verbandsarzt Dr. Groth. **Ansprechpartner des Ausrichters:** Andy Lang, Am Mismahlshof 36, 47137 Duisburg, Tel.: 02 03 / 42 11 88, mobil: 01 73 / 6 66 39 78, E-Mail: LangUrsula@t-online.de

Anreise: A 3 Richtung Oberhausen bis Kreuz Duisburg, dann Richtung Duisburg-Venlo (A 40), dann Richtung Dinslaken, Duisburg-Nord (A 59), Ausfahrt (8) Obermeiderich-Ruhrort, links in die Bürgermeister-Pütz-Straße, 4. Ampel rechts in die Westender Straße, 500 m weiter auf der rechten Seite liegt die Halle.

BEZIRKE

Detmold

2. Ausbildungslehrgang für Jugend- und Kreiskampfrichter

Datum: Sonntag, 14. April 2013.

Ort: Hans-Ehrenberg-Gymnasium, Kleine Turnhalle, Elbeallee 75, 33689 Bielefeld-Sennestadt. **Zeit:** Anfang 9:00 Uhr.

Meldungen: durch die Vereine bis zum 8.4.2013 an Ben Vergunst, Jauerstr. 15, 33605 Bielefeld, Tel.: 05 21 / 20 23 82, Fax: 05 21 / 4 53 64 78, mobil: 01 72 / 4 65 19 43, E-Mail: ben@vergunst.de

Die Meldung muss beinhalten: Vor- und Zuname, Geburtsdatum, Anschrift, Tel.-Nr., Kyu- oder Dan-Grad und Verein.

Mitzubringen: Gültiger Judopass, Kampfrichterregelwerk, Judogi (weiß), Schreibzeug und Verpflegung.

Teilnehmer/Voraussetzungen: zum Jugendkampfrichter: 16 Jahre alt, 2. Kyu. Die aktive Wettkampftätigkeit ist durch mindestens fünf Platzierungen, die im Judopass eingetragen sein müssen, nachzuweisen; zum Kreiskampfrichter: 18 Jahre alt, 1. Kyu. Die aktive Wettkampftätigkeit ist durch mindestens fünf Platzierungen, die im Judopass eingetragen sein müssen, nachzuweisen. Der Trainerlizenz wird ebenfalls anerkannt.

Wegbeschreibung: A 2 Abfahrt Bielefeld-Sennestadt, rechts Richtung Bielefeld-Sennestadt, nach 1,2 km rechts Richtung Sennestadt, sofort links halten über die Brücke (Ramsbocking), nach 600 m links, nach 100 m wieder links in die Elbeallee, nach 20 m rechts auf den Parkplatz, hinten rechts Schild Sporthalle.

Münster

Kampfrichterausbildungslehrgang Teil 2 (Aufbaulehrgang)

Ort: Dojo des Dattelner JC, Halle der HS Hachhausen, Am Westring, 45711 Datteln.

Datum: Sonntag, 24. März 2013.

Zeitplan: Beginn 10:00 Uhr. Ende gegen 17:00 Uhr.

Referenten: Wolfgang Feldhaus und Ralf Müller.

Material: Judopass, Judogi, Regelwerk (steht auf der Seite des NWJV zur Verfügung), Schreibzeug.

Inhalt: Regelkunde anhand des aktuellen Regelwerks mit dessen Besonderheiten im Jugendbereich (Vertiefung), Video, Theoretischer Test (Fragebogen), Videotest.

Kosten: trägt der NWJV. Fahrtkosten sind Eigenleistung.

Verpflegung: wird gestellt (Mittagessen). Für Getränke ist selbst Sorge zu tragen.

Anmeldung: bitte bis zum 20.3.2013 an Wolfgang Feldhaus, Taeglichsbeckstr. 4 e, 45731 Waltrop, bevorzugt jedoch an W_Feldhaus@web.de.

Hinweis: Voraussetzung für das Ablegen der theoretischen Prüfung ist der Besuch eines Grundlehrgangs oder ein im letzten Jahr besuchter Kampfrichter-Grundlehrgang (im Rahmen des NWJV/DJB).

GRUPPE

Westdeutsche Kata-Meisterschaften Nage-no-Kata (Jugend und Senioren), Katame-no-Kata, Ju-no-Kata, Kime-no-Kata und Kodokan-Goshin-Jutsu

Ort: Altenauschule, Sporthalle Gallihöhe, Haarenerstr. 11, 33178 Borchen.

Datum: Sonntag, 21. April 2013.

Zeit: Eintreffen 9:30 Uhr. Beginn ca. 10:00 Uhr.

Teilnehmer: Frauen/Männer: Judokas aus NRW ab 3. Kyu, Mindestalter: 15 Jahre.

Jugend: Jugendpokal-Nage-No-Kata, Judokas aus NRW der Jahrgänge 1996 und jünger (Tori und Uke) ab 3. Kyu.

Meldegeld: 30,00 € je Paar und Kata, zu zahlen nur per Überweisung bis zum 8.4.2013 auf folgendes Konto: NWJV, Sparda Bank West, Kto: 190 00 18, BLZ 360 605 91, Stichwort: „Kata-MS 2013“. Bitte die Namen von Tori/Uke mit angeben.

Meldung: mit Vor- und Zuname, Geb.-Datum, Verein und Graduierung, Tori und Uke, sowie die Kata (Nage-No-Kata, Katame-No-Kata, Ju-No-Kata, Kodokan-Goshin-Jutsu, Kime-No-Kata) schriftlich an Horst Lippeck, Schanzenheide 8, 45966 Gladbeck, Fax: 0 20 43 / 68 18 24, E-Mail: Karin.Lippeck@web.de

Meldeschluss: 8.4.2013.

Hinweis: Beim Gebrauch von Waffen (Kodokan-Goshin-Jutsu und Kime-No-Kata) sind nur Attrappen z. B. aus Holz zugelassen.

Qualifikation: Die ersten vier Paare jeder Kata können zur Deutschen Kata-Meisterschaft am 15./16.06.2013 in Maintal (Hessen) nominiert werden. Die Nominierung erfolgt nur durch den Landesverband.

Sonstiges: Die Teilnahme an den Westdeutschen-Kata-Meisterschaften (Erwachsene und Jugend) kann bei entsprechenden Leistungen für die Dan-Prüfung zum nächsthöheren Dan (Kata) und zum anderen bei der Prüfung zum 2. oder 1. Kyu (nur Jugend) angerechnet

Bezirksturnier der Frauen U 18 und Männer U 18

Ausrichter: Judogemeinschaft Ladbergen 1974 e.V.
Ort: Sporthalle II in 49549 Ladbergen, Auf dem Rott.
Tag: Sonntag, 28. April 2013.
Zeitplan: 9:00 - 9:30 Uhr Waage Männer U 18 -43, -46, -50, -55, -60, -66 kg. 10:30 - 11:00 Uhr Waage Männer U 18 -73, -81, -90, +90 kg. 11:30 - 12:00 Uhr Waage Frauen U 18.
Meldegeld: 7,50 € je Teilnehmer, zu zahlen an der Waage. Es werden keine Schecks angenommen. Die Meldung verpflichtet zur Zahlung. Bei Nachmeldungen doppeltes Meldegeld.
Meldungen: per E-Melder - männlich: an Thomas Schwemmer, E-Mail: SchwemmerT@aol.com; weiblich: an Simone Liebetrau, E-Mail: simoneliebetrau@web.de
Meldeschluss: 22.4.2013.

KREISE

Bergisch Land

Koga Cup der männlichen und weiblichen Jugend U 12, U 15, Frauen U 18 und Männer U 18

Ausrichter: JC Wermelskirchen e.V.
Datum: Sonntag, 28. April 2013.
Ort: Turnhalle des städt. Gymnasiums Wermelskirchen, Stockhauser Str. 13, 42929 Wermelskirchen.
Zeitplan: 9:45 - 10:15 Uhr Waage Jugend U 12 weiblich. 10:45 - 11:15 Uhr Waage Jugend U 12 männlich. 12:00 - 12:30 Uhr Waage Jugend U 15 weiblich. 13:00 - 13:30 Uhr Waage Jugend U 15 männlich. 14:30 - 15:00 Uhr Waage Frauen U 18. 14:30 - 15:00 Uhr Waage Männer U 18.
Matten: 3.
Modus: Doppel-KO-System oder Jeder gegen Jeden (U 15 und U 18). Einteilung in gewichtsnahen Gruppen/Poolssystem (U 12).
Eingeladenen Vereine: ASV Süchteln, PSV Köln, SSF Bonn, Bushido Köln und Sportforum Wuppertal.
Meldung: bis 22.4.2013 (Eingang) per E-Melder an Paul Golba, Scharrenbroicherstr. 55, 51503 Rösrath, mobil: 0 15 77 / 3 17 91 27, E-Mail: paul.golba@gmx.de
Meldegeld: 7,00 € je Kämpfer/in, zu zahlen bar (keine Schecks!). Nachmeldungen doppeltes Meldegeld. Jede Meldung verpflichtet zur Zahlung des Meldegeldes.
Kontaktadresse des Ausrichters: Lutz Hartmann, Strutzgasse 12, 42929 Wermelskirchen, Tel.: 0 21 96 / 8 31 51, E-Mail: lutz@jcwck.de
Anfahrt: BAB 1 bis Abfahrt Schloß Burg/Wermelskirchen, im Kreisverkehr die erste Ausfahrt Richtung Wermelskirchen, an der nächsten Ampel links auf die B 51n (Dellmannstraße), auf der B 51n an der ersten Ampel rechts Richtung Innenstadt, nach ca. 50 m an der nächsten Ampel (Eich) links, im Kreisverkehr zweite Ausfahrt, danach rechts in die Kölner Straße, nach ca. 300 m (Markt) rechts in die Stockhauser Straße. Die Schule befindet sich nach ca 300 m auf der linken Seite.

Essen

Borbecker Pokalturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 9, U 12, U 15, Frauen U 18 und Männer U 18 und

Kreiseinzelmeisterschaften der Frauen und Männer

Ausrichter: DJK Eintracht Borbeck e.V.
Ort: Don-Bosco-Gymnasium, Theodor-Hartz-Str. 15, Essen.
Zeitplan: **Samstag, 13. April 2013:** 11:30 - 12:00 Uhr Waage Jugend U 15 männlich. 13:00 - 13:30 Uhr Waage Jugend U 15 weiblich. 15:00 - 15:30 Uhr Waage Frauen U 18 und Männer U 18. 16:00 - 16:30 Uhr Waage Frauen und Männer. **Sonntag, 14. April 2013:** 10:00 - 10:30 Uhr Waage Jugend U 9 und U 12 männlich. 12:00 - 12:30 Uhr Waage Jugend U 9 und U 12 weiblich.
Startberechtigung U 9: Jahrgänge 2005 und 2006.
Matten: Samstag: 2 Matten 7 x 7 m, Sonntag: 2 Matten 5 x 5 m
Meldung/Meldegeld: Mit 7,50 € pro Kämpfer, bar vor der Waage. Meldet bitte vorab eine Info per E-Mail über die Anzahl eurer Starter: teschi.teschner@web.de
Hinweis: Die Kreiseinzelmeisterschaften der Männer und Frauen ist ohne Qualifizierungscharakter und zählt auch nicht zur Punktwertung des Borbecker Pokalturniers. Es soll lediglich den Männern und Frauen des Kreises die Möglichkeit zum Kämpfen gegeben werden.

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.

QUALIFIZIERUNG

Trainer C-Kompaktausbildung Breitensport A - LG 31/13

Ort: Hennef (Übernachtung/Verpflegung: Sport-schule Hennef).
Termin: 20. bis 28. Juli 2013.
Zeit: Anreise: 20.07. bis 9:30 Uhr. Abreise: 28.07. gegen 17:00 Uhr.
Inhalte: Vermittlung sportartübergreifender und judospezifischer Inhalte in der Trainerausbildung: u. a. Grundlagen von Training und Leistung, Entwicklungsphysiologie, biomechanische Grundprinzipien, Planung und Gestaltung von Stunden (Unterricht), pädagogische Grundlagen, Philosophie des Judo, Organisation des Judo-Sports, Lehrproben und Judo-

Praxis.
Referenten: Frank-Michael Günther, Kai Kirbschus und Andreas Kleegräfe.
Zielgruppe: Judokas, die sich zum Trainer C Breitensport ausbilden lassen möchten.
Umfang: 90 LE.
Voraussetzungen: Mindestalter 16 Jahre, Mindestgraduierung 2. Kyu (blauer Gürtel), Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten (bei Minderjährigen), Anmeldung über den Verein, gültige Jahressichtmarke, abgeschlossene Grund- oder Trainerassistentenausbildung (nicht älter als zwei Jahre bei Ausbildungsbeginn).
Kosten: 400,00 €
Anmeldung: mit dem Anmeldeschein für Lehrgänge möglichst umgehend, bis spätestens 18.6.2013 an den NWJV, Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24.

Trainer C-Kompaktausbildung Breitensport B - LG 32/13

Ort: Hamm (Übernachtung/Verpflegung: Sport-schule Oberwerries).
Termin: 24. August bis 1. September 2013.
Zeit: Anreise: 24.08. bis 9:30 Uhr. Abreise: 01.09. gegen 17:00 Uhr.
Inhalte: Vermittlung sportartübergreifender und judospezifischer Inhalte in der Trainerausbildung: u. a. Grundlagen von Training und Leistung, Planung und Gestaltung von Stunden (Unterricht), Entwicklungsphysiologie, biomechanische Grundprinzipien, pädagogische Grundlagen, Judo-Praxis.
Referenten: Klaus Büchter, Jennifer Goldschmidt und Ralf-Henning Schäfer.
Zielgruppe: Judokas, die sich zum Trainer C Breitensport ausbilden lassen möchten.
Umfang: 90 LE.
Voraussetzungen: Mindestalter 16 Jahre, Mindestgraduierung 2. Kyu (blauer Gürtel), Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten (bei Minderjährigen), Anmeldung über den Verein, gültiger Judo-Pass, abgeschlossene Grund- oder Trainerassistentenausbildung (nicht älter als zwei Jahre bei Ausbildungsbeginn).
Kosten: 400,00 €
Anmeldung: mit dem Anmeldeschein für Lehrgänge möglichst umgehend, bis spätestens 23.7.2013 an den NWJV, Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24.

Trainer C-Grundausbildung B - Folge 1 - LG 21/13

Ort: Duisburg (Übernachtung/Verpflegung: Sportschule Wedau).
Termine: 25./26. Mai 2013 und 15./16. Juni 2013.
Zeit: Anreise: Samstags bis 10:00 Uhr. Abreise: Sonntags gegen 15:00 Uhr.
Inhalte: Vermittlung sportartübergreifender und judospezifischer Grundlagen in der Trainerausbildung: u. a. Methodik, Haltung und Bewegung, Prinzipien Stand- und Bodentechniken, Lösen von judospezifischen Situationen.
Referenten: Christina Hoepfner, Sven Karpinski, Ralf-Henning Schäfer und Pia Unrath.
Zielgruppe: Judokas, die sich zum Trainer C Breitensport ausbilden lassen möchten.
Umfang: 30 LE.
Voraussetzungen: Mindestalter 16 Jahre, Mindestgraduierung 2. Kyu, gültiger Judo-Pass, Anmeldung über den Verein.
Kosten: 150,00 €
Anmeldung: mit dem Anmeldeschein für Lehrgänge möglichst umgehend, bis spätere-

stens 23.4.2013 an den NWJV, Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24.

**Trainer C-Lizenzverlängerung
Leistungs-/Breitensport
- LG 06/13**

Ort: Herford.
Datum: Sonntag, 21. April 2013.
Zeit: 10:00 - 14:30 Uhr.
Inhalte: Übergänge vom Stand in Bodenlage - ausgewählte Beispiele sowohl für den Anfänger als auch für den fortgeschrittenen Judoka.
Referenten: Klaus Büchter.
Zielgruppe: Lizenzierte Trainer C sowie sonstige interessierte Judokas mit Vorkenntnissen.
Umfang: 5 LE.
Voraussetzungen: Trainer C-Lizenz bzw. ausreichend Vorkenntnisse (2. Kyu), gültiger Judo-Pass, schriftliche Anmeldung über den Verein.
Kosten: 20,00 €
Anmeldung: mit dem Anmeldeschein für Lehrgänge bis spätestens 8.4.2013 an den NWJV, Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24.

**Kind- und jugendgerechtes
Training - LG 53/13**

Ort: Detmold.
Datum: Samstag, 27. April 2013.
Zeit: 10:00 - 16:30 Uhr.
Inhalte: Kind- und jugendgerechtes Training: Ziele, Inhalte und Tipps für die Praxis.
Referenten: Vera Hänel und Rajan Turck.
Zielgruppe: Trainer C-Lizenzinhaber sowie sonstige interessierte Judokas ohne Lizenz.
Umfang: 7,5 LE.

Voraussetzungen: Gültiger Judo-Pass, schriftliche Anmeldung über den Verein.
Kosten: 25,00 €
Anmeldung: mit dem Anmeldeschein für Lehrgänge bis spätestens 15.4.2013 an den NWJV, Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24.

G-JUDO

**Vorbereitung auf die Kyu-Prüfung
für Behinderte**

Der Nordrhein-Westfälische Judo-Verband veranstaltet in Zusammenarbeit mit dem Behindertensportverband NW einen Judolehrgang für behinderte Judokas, die sich auf eine Kyu-Prüfung für Behinderte des NWJK vorbereiten wollen.

Ort: Sportschule Hennef/Sieg.
Termin/Zeit: Beginn: Freitag, 19. April 2013, 17:00 Uhr. Ende: Sonntag, 21. April 2013, 12:00 Uhr.
Leitung: Dr. Wolfgang Janko.
Referent: Jörg Wolter.
Kosten: Lehrgangskosten übernimmt der NWJV. Fahrtkosten gehen zu Lasten der Teilnehmer.
Meldungen: bis zum 1.4.2013 an den BSNW, Friedrich-Alfred-Str. 10, 47055 Duisburg, Tel.: 02 03 / 71 74 - 1 57 oder den NWJV, Friedrich-Alfred-Str. 25, 47055 Duisburg 47055 Duisburg, Tel.: 02 03 / 73 81 - 6 27 oder per E-Mail an wolfgang.janko@t-online.de

NWJK

Kreis Düsseldorf

Dan-Vorbereitungslehrgang

Termine: jeweils Freitags am 12.04., 19.04., 26.04., 03.05., 10.05., 17.05., 24.05., 31.05., 07.06., 14.06., 21.06., 28.06., 05.07. und 12.07.2013. Die Dan-Prüfung ist am 13.07.2013.

Zeit: jeweils 18:00 - 21:30 Uhr.
Ort: Judohalle auf dem Schulhof der Gesamtkollegschule Ellerstr. 84, Düsseldorf-Oberbilk. Parkmöglichkeiten auf dem Schulhof vor der Judohalle; von Düsseldorf Hbf. 10 Minuten Fußweg über Eisenstraße/Stahlstraße zur Ellerstraße.
Themen: Praxis und Theorie nach der neuen Prüfungsordnung des DJB vom 1. bis 5. Dan.
Referenten: Norbert Kamps, 5. Dan, Jens Kronenthal, 4. Dan, Wilfried Marx, 4. Dan, David Lenzen, 4. Dan, Karl Heinz Scheyk, 6. Dan.
Eingeladen sind: alle Dan-Anwärter, Übungsleiter und interessierte Judokas.
Teilnehmergebühr: 50,00 €, am ersten Tag des Lehrgangs zu zahlen.
Meldungen: keine Meldung vorab erforderlich. Die UE werden im Judopass oder auf der Karte bestätigt.
Mitzubringen sind: Teilnehmergebühr, Judogi (weiß), Judopass, Schreibzeug.

Anmeldeschein für Lehrgang Nr. _____ / 2013

Name: Vorname:

Straße: PLZ/Wohnort:

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

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

Die Teilnehmergebühr bezahle ich per Bankeinzug - bitte abbuchen von

Konto-Nr.:

BLZ:

Bankinstitut:

Kontoinhaber:

Lehrgangsanmeldungen ohne Vereinsstempel können nicht angenommen werden!

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 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

NWDK-Technik-Lehrgang „Spielerische Technikscheule für Kinder und Jugendliche“

Datum: Samstag, 20. April 2013.

Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.

Ort: Judohalle auf dem Schulhof des Lessing-Gymnasiums und Berufkollegs, Ellerstr. 84, Düsseldorf-Oberbilk; Parkmöglichkeiten auf dem Schulhof vor der Judohalle; von Düsseldorf Hbf. 10 Minuten Fußweg über Eisenstraße/ Stahlstraße zur Ellerstraße.

Referenten: Friedhelm Glückmann, 7. Dan, Sebastian Bergmann, 3. Dan.

Leitung: Sebastian Bergmann.

Eingeladen sind: Jugend- und Kindertrainer, Trainerassistenten, interessierte Judokas.

Lehrgangskosten: keine.

Anmeldungen: nicht erforderlich.

Lehrgangsteilnahme wird im Judopass mit 5 UE als NWDK-Techniklehrgang bestätigt.

NWDK-Technik-Lehrgang „Judo-Bodentechniken“

Datum: Samstag, 4. Mai 2013.

Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.

Ort: Judohalle auf dem Schulhof der Gesamtkollegscheule Ellerstr. 84, Düsseldorf-Oberbilk. Parkmöglichkeiten auf dem Schulhof vor der Judohalle; von Düsseldorf Hbf. 10 Minuten Fußweg über Eisenstraße/Stahlstraße zur Ellerstraße.

Themen: Judo-Bodentechniken, Übergänge Stand/Boden.

Referenten: Karl Heinz Scheyk, 6. Dan, Norbert Kamps, 5. Dan.

Eingeladen sind: alle Judokas ab 12 Jahren, Kyu-Prüfer, Übungsleiter, Dan-/ÜL-Anwärter, Trainerassistenten.

Teilnehmergebühr: 5,00 €

Teilnahme nur im weißen Judogi. Lehrgangsteilnahme wird im Judopass mit 5 UE als NWDK-Techniklehrgang bestätigt.

Kreis Krefeld

Techniklehrgang „Katame no kata“

Datum: Samstag, 27. April 2013.

Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.

Ort: Dojo des PSV Krefeld, Gladbacher Str. 601, Krefeld.

Referenten: Dieter Schilling, 6. Dan, Hans-Georg Berndt, 5. Dan.

Thema: Katame no kata.

Zielgruppe: Anwärter zum 2. Dan bzw. Übungsleiter und alle am Thema Grundlagen Ne-waza interessierten Personen.

Kosten: keine.

Anmeldung: bis 21.4.2013 per E-Mail oder Fax an KDV Hans-Georg Berndt, E-Mail: hgeorgberndt@aol.com oder Fax: 0 21 51 / 97 35 28. Falls eine Mindestteilnehmerzahl unterschritten wird, kann der Lehrgang nicht angeboten werden.

Anreise: Krefeld: Gladbacher Straße stadtauswärts, vor der Brücke (Schild Bezirkssportanlage), dann sofort wieder rechts. Das Dojo liegt auf der Sportanlage.

Kreis Steinfurt

Katame no kata mit Godula Thiemann

Leitung: KDV.

Ausrichter: JG Ibbenbüren.

Datum: Sonntag, 7. April 2013.

Ort: Dojo der JG Ibbenbüren, Schulstr. 25, 49477 Ibbenbüren.

Zeit: 10:00 - 12:00 Uhr, 14:00 - 17:00 Uhr.

Referentin: Godula Thiemann, hatte sich mit dieser Kata für die Europameisterschaft und Weltmeisterschaft qualifiziert.

Teilnehmer: Vorbereitung auf den 2. Dan und auch alle Interessierte.

Mitzubringen: gültiger Judopass, Judogi, Knieschützer.

Anmeldung: bis zum 31.3.2013 an bryan.conrad@nwdk.de

Sonstiges: Teilnehmer aus anderen Kreisen sind zu diesem Lehrgang herzlich eingeladen. Es wird empfohlen, Knieschützer für dies Training mitzubringen. Für Getränke und Verpflegung ist selbst zu sorgen.



Landeslehrgang

Veranstalter/Ausrichter: Goshin-Jitsu Verband NRW e.V.

Leitung: Günter Tebbe.

Referent: Semir Berisa.

Datum: Samstag, 16. März 2013.

Zeit: 14:00 Uhr.

Ort: Sporthalle der Haupt- und Realschule Dellbrück, Dellbrücker Mauspfad, Köln-Dellbrück.

Anreise: BAB 3 Ausfahrt Köln-Dellbrück, an der Ampel links auf die Bergisch Gladbacher Straße in Richtung Bergisch Gladbach/Dellbrück, dieser Straße ca. 2 km folgen, dann rechts in den Dellbrücker Mauspfad, nach ungefähr 700 m ist auf der linken Seite die Schule (Schild beachten).

Achtung!

Außer bei Landeslehrgängen ist bei allen anderen Maßnahmen eine schriftliche Anmeldung erforderlich. Bitte Terminankündigung für 2013 auf unsere Webseite beachten.

Die Adresse der Geschäftsstelle:

Goshin-Jitsu Verband NRW e.V.

Lohse Str. 3

50733 Köln

Landeslehrgang Technik

Verlängerung 5 UE / Trainer-C
Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: WSU Warendorf
Thema: Abwehr- und Atemitechniken
Datum: Samstag, 16. März 2013.
Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.
Ort: Franziskussschule, Rosenstraße, 48231 Warendorf.
Leitung: Volker Haupt, 6. Dan.
Kosten: 10,00 €

Dan-Prüfung 1 / Ü45-Prüfung 1

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: Plettenberger TV e.V.
Datum: 23./24. März 2013.
Zeit: Eintreffen 10:00 Uhr. Start 11:00 Uhr.
Ort: Sporthalle Zeppelinstraße, Zeppelinstr. 24, 58840 Plettenberg.
Leitung: Michael Maas, 5. Dan, Referent Prüfungswesen, Robby Prümm, 7. Dan, Referent Senioren.
Kosten: Dan-Prüflinge 70,00 €, Kyu-Prüflinge 25,00 €
Vermerk: Gebühr bis spätestens eine Woche vor Veranstaltungsbeginn auf das Verbandskonto überweisen: NWJJV, Konto: 1900 556 307, BLZ 370 501 98, Spk Köln-Bonn, Verwendung: Dan-UE45-Prüfung 23.-24.03.2013, [Name, Vorname]. Überweisungsnachweis muss zur Prüfung vorgelegt werden.
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.

Ausbildung zum/zur Kursleiter/in für Frauen SV/SB 2013

Veranstalter: NWJJV.
Ausrichter: Dokan Hagen.
Datum/Zeit: 13.04.2013, 9:00 - 18:00 Uhr Teil 1. 14.04.2013, 9:00 - 18:00 Uhr Teil 2. 20.04.2013, 9:00 - 18:00 Uhr Teil 3. 21.04.2013, Beginn 10:00 Uhr Prüfung.
Ort: Carl-Diem-Straße, 58091 Hagen.
Referent/Leitung: Thomas Stommel, 4. Dan, Referent Frauen SV/SB.
Kosten/Anmeldung: 120,00 € ohne Übernachtung und Verpflegung, zahlbar nach Anmeldungszusage bis spätestens zum 22.3.2013 auf das Konto des NWJJV e.V.
Vermerk: Prüfungsinhalt wird eine schriftliche Erfolgskontrolle, in Form von Frage - Antwort, und ein praktischer Teil in Form eines Teilauszugs eines Selbstverteidigungskurses für Frauen, sein. Programm, Teilnehmerlisten sowie eine Wegbeschreibung wird ca. zwei Wochen vor Ausbildungsbeginn mit der Einladung verschickt.
 Bewerbungsbogen aus dem Internet (Homepage NWJJV, Frauen SV) oder über den Referent Frauen zu beziehen und ausgefüllt zurück an Referent Frauen (Thomas Stommel).
Ansprechpartner: Thomas Stommel, Tel.: 0 23 37 / 47 41 50, mobil: 01 76 / 21 20 07 14.

Verlängerung der Lehrbefähigung - 5 UE

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: TV Eichen.
Datum: Sonntag, 7. April 2013.
Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr.
Ort: Schulzentrum Stählerwiese, 57223 Kreuztal.
Referenten: Wolfgang Kroel, 7. Dan, Lehrwart NRW.
Kosten: 10,00 €
Vermerk: Nächste Verlängerung 5 UE am 8.9.2013. Teilnahme nur für Sportler, deren Lehrbefähigung an diesem Tage noch Gültigkeit hat. Ansonsten Verlängerung 15 UE am 5./6.10.2013 in Soest.

Landeslehrgang Technik

Verlängerung 5 UE Trainer C
Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: PSV Dortmund.
Thema: Gleichgewicht brechen - Erfolgreiche Technik!
Datum: Samstag, 13. April 2013.
Zeit: 15:00 - 19:00 Uhr.
Ort: Alter Mühlenweg 95, 44265 Dortmund.
Leitung: Wolfgang Kroel, 7. Dan, Lehrwart NWJJV e.V.
Kosten: 10,00 €

Landeslehrgang Fighting

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: JJJC Nettetal.
Thema: Fighting für Interessierte zum Kennenlernen.
Datum: Samstag, 13. April 2013.
Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.
Ort: Blumenallee, 41334 Nettetal.
Leitung: Vera DeBrouwer.
Kosten: 10,00 €

Landeslehrgang Technik Bezirk Siegen

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: TV Littfeld.
Thema: Prüfungsrelevante Themen.
Datum: Sonntag, 14. April 2013.
Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr.
Ort: Turnhalle der Grundschule, 57223 Kreuztal-Littfeld.
Leitung: Frank Zimmermann, 2. Dan, Bezirksvertreter.
Kosten: 10,00 €

Landeslehrgang Jugend

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: Ippon Düsseldorf.
Thema: Hebeltechniken.
Datum: Sonntag, 14. April 2013.
Zeit: 10:00 - 13:00 Uhr.
Ort: Thomas-Schule, Blumenthalstr. 11, Düsseldorf.
Leitung: Sascha und Sonja Wege.
Kosten: 3,00 / 5,00 €

Landeslehrgang Technik

Verlängerung 5 UE Trainer C
Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: HAT Hilden.
Thema: Realitätsnahe SV mit Hilfe von JJ-Techniken Teil II.
Datum: Samstag, 20. April 2013.
Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.
Ort: Am Holterhöfchen 22-24, 40724 Hilden.
Leitung: Wolfgang Kroel, 7. Dan, Lehrwart NWJJV e.V., Johnny Dekorsi, 4. Dan, Bezirksvertreter.
Kosten: 10,00 €
Vermerk: Der Lehrgang wird ohne Matte und in ziviler Kleidung durchgeführt. Hallenschuhe sind jedoch notwendig.

Kaderlehrgang III

Verlängerung 5 UE / Trainer C Leistungssport
Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: BR Gelsenkirchen
Thema: Duo und Fighting.
Datum: Samstag, 20. April 2013.
Zeit: 13:00 - 19:00 Uhr.
Ort: Cranger Str. 184, 45891 Gelsenkirchen.
Leitung: Ralf Pollnow.
Teilnehmer: Alle Interessierten an Fighting und Duo.
Kosten: über 18 Jahre 10,00 €, unter 18 Jahre 5,00 €

Landeslehrgang Jugend

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: BSV Leese.
Thema: Stand- und Bodentechniken.
Datum: Samstag, 20. April 2013.
Zeit: 13:00 - 17:00 Uhr.
Ort: Dorfhalle, Wittighöfer Straße/Leeser Weg, 32657 Lemgo Leese.
Leitung: Stefan Kochsiek, 2. Dan.
Kosten: 3,00 / 5,00 €

Landeslehrgang Technik Ü45

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: PTSV Aachen
Thema: Vorbereitung für Landesprüfung/ Kyu und Dan Ü45.
Datum: Sonntag, 21. April 2013.
Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr.
Ort: Eulersweg 15, 52070 Aachen.
Leitung: Dieter Call, 8. Dan, Robert Prümm, 7. Dan.
Kosten: 10,00 €

Landeslehrgang Jugend 5-11 Jahre

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: Kihaku Dremmen
Thema: Spiel und Spaß mit Michael und Matthias.
Datum: Samstag, 27. April 2013.
Zeit: 10:00 - 13:00 Uhr.
Ort: Sporthalle Marienstraße, 52525 Heinsberg-Dremmen.
Leitung: Michael Korn, Matthias Huber.
Kosten: 3,00 / 5,00 €

Landeslehrgang Technik

Verlängerung 5 UE Trainer C
Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: Kihaku Dremmen.
Thema: Kombinationen für alle.
Datum: Samstag, 27. April 2013.
Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.
Ort: Sporthalle Marienstraße, 52525 Heinsberg-Dremmen.
Leitung: Michael Korn, Matthias Huber.
Kosten: 10,00 €

Dan-Vorbereitung 3

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: DJK Coesfeld.
Datum: Samstag, 4. Mai 2013.
Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.
Ort: Dieselstr. 33, 48653 Coesfeld.
Leitung: Mitglieder des Prüfungsgremiums.
Kosten: 10,00 €
Vermerk: Die Lehrgangsgebühr wird zum Veranstaltungsbeginn in bar entrichtet. Bitte nach Möglichkeit abgezähltes Geld mitbringen.
Meldung: Anmeldeformular (siehe NWJJV-Homepage/Downloads) spätestens drei Wochen vor dem Lehrgang an den Prüfungsreferenten senden.
 Bitte Übungswaffen, Schutzausrüstung und Schlagpolster mitbringen.

Landeslehrgang Technik

Verlängerung 5 UE Trainer C
Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: Bad Driburg.
Thema: Wurf- und Hebeltechniken.
Datum: Samstag, 4. Mai 2013.
Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.
Ort: Kapellenstr. 15, 33014 Bad Driburg.
Leitung: Brian Smith, 3. Dan.
Kosten: 10,00 €

Prüferlizenz-Neuerwerb Teil 2

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: SG Langenfeld.
Datum: Sonntag, 5. Mai 2013.
Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr.
Ort: Langforter Str. 72, 40764 Langenfeld.
Leitung: Michael Maas, 5. Dan, Referent Prüfungswesen.
Vermerk: Gebühr wurde bereits vor Ausbildungsteil 1 entrichtet.

Landeslehrgang Technik Bezirk Arnsberg

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: JSC Soest.
Thema: Prüfungsrelevante Themen.
Datum: Sonntag, 5. Mai 2013.
Zeit: 11:00 - 15:00 Uhr.
Ort: Paradieser Weg 20, 59494 Soest.
Leitung: Ralf Krämer, 4. Dan, Bezirksvertreter.
Kosten: 10,00 €

Datenschutz

Der Nordrhein-Westfälische Ju-Jutsu Verband e.V. (NWJJV e.V.) veröffentlicht Ausschreibungen, Ergebnislisten und Berichte, sowohl auf seiner Homepage als auch in Fachzeitschriften.

Der Teilnehmer an Veranstaltungen des NWJJV e.V. erklärt sich mit der Erhebung, Verarbeitung und Nutzung seiner personenbezogenen Daten ausdrücklich einverstanden. Das Einverständnis der Personensorgeberechtigten des Teilnehmers wird vorausgesetzt.

Der NWJJV e.V. verpflichtet sich, die erhobenen Daten, unter Beachtung des Bundesdatenschutzgesetzes, nur zur Erfüllung der eigenen Geschäftszwecke und satzungsgemäßen Aufgaben zu verwenden. Der Teilnehmer bzw. dessen Personensorgeberechtigten erklären sich im Weiteren damit einverstanden, dass Namen, Vereins- und Verbandszugehörigkeit, sowie Graduierungen, Sportlizenzen, Platzierungen, Geschlecht, Gewichts- und Altersklassen veröffentlicht werden können. Gleiches gilt für Bilddokumentationen.

Vereinsangebot

Wochenendfreizeiten für Vereine empfiehlt der NWJJV in der Sportschule/Feriendorf Hinsbeck. Die Einrichtung des LSB befindet sich in Nähe der holländischen Grenze (Venlo). Für Vereine des NWJJV steht dort eine Mattenfläche von 100 Quadratmetern kostenlos zur Verfügung. Turnhalle und Hallenbad sind vorhanden. Infos über die Geschäftsstelle des NWJJV oder beim Feriendorf Hinsbeck unter Tel.: 0 21 53 / 9 15 80.



Frühjahrslehrgang in Troisdorf

Termin: 15./16. März 2013.
Referenten: Sensei Yuichi Sato (7. Dan, JKA-Nationaltrainer von Monaco), Sensei Thomas Schulze (5. Dan, deutscher Nationalcoach).
Ausrichter: Karate Dojo Ochi Troisdorf e.V., KDO-Hennef und KDO-Bonn e.V.
Ort: Rundsporthalle, Am Elsenplatz, 53840 Troisdorf.
Wegbeschreibung: A 59 (Flughafenautobahn Köln/Bonn), von Norden oder Süden: Abfahrt Troisdorf Nr. 38, links auf L 332 zum Zentrum, dann weiter auf B 56; von Richtung Siegburg große Kreuzung/Ampel links. Der Ausschilde-rung folgen.
Trainingszeiten: Freitag, 15. März 2013: 18:00 - 19:30 Uhr 9.-5. Kyu, Halle 1. 18:00 - 19:30 Uhr 4. Kyu bis Dan, Halle 2/3. Samstag, 16. März 2013: 11:00 - 12:30 Uhr 9.-5. Kyu, Halle 1. 11:00 - 12:30 Uhr 4. Kyu bis Dan, Halle 2/3. 14:00 - 15:00 Uhr 9.-5. Kyu, Halle 1. 14:00 - 15:00 Uhr 4. Kyu bis Dan, Halle 2/3. 16:00 - 17:00 Uhr 9.-5. Kyu, Halle 1. 16:00 - 17:00 Uhr 4. Kyu bis Dan, Halle 2/3.

Gebühr: 30,00 €
Fete: Samstag, 16. März 2013.
Haftung: Der Ausrichter lehnt eine Haftung jeglicher Art ab.

Info: Dr. S. Roeung, mobil: 01 70 / 9 32 00 71,
 E-Mail: Somantha@gmx.de, Internet:
 www.ochi-troisdorf.de

Termine

- | | |
|--------------------|----------------------------------------------------------|
| 8./9. März 2013 | Shihan Ochin in Wattenscheid |
| 9. März 2013 | Fortbildungsmaßnahme NRW Jugend/Junioren in Wattenscheid |
| 16. März 2013 | Elbe-Cup in Magdeburg |
| 27. April 2013 | Vergleichskampf gegen Stützpunkt Süd |
| 27./28. April 2013 | Shihan Ochin in Münster |
| 4. Mai 2013 | Westfalen-Cup in Wattenscheid |
| 9.-12. Mai 2013 | Kata-Spezial in Tauberbischofsheim |
| 18. Mai 2013 | Vergleichskampf in Willich |
| 18.-20. Mai 2013 | Lehrgang in Willich |
| 8. Juni 2013 | DM Jugend/Junioren/Senioren in Bochum |

Pfingsten 2013

Dortmunder Budolehrgang

Veranstalter: Budo- und Kraftsportverein Dortmund BKV e.V., W. Peters,
Overgünne 241, 44269 Dortmund

Die Vorbereitungen für den schon traditionellen Dortmunder Budolehrgang Pfingsten 2013 laufen schon auf Hochtouren.

Hier treffen sich hochgraduierte Lehrer und interessierte Budo-sportler aller Stile und Gradierungen um miteinander und voneinander zu lernen.

Jeder Kampfsportler mit Grundkenntnissen, der einmal in eine fremde Kampfkunst hineinschauen oder die eigene verbessern möchte, ist eingeladen zu diesem einmaligen Zusammentreffen der verschiedensten Budokünste.



Pfingsten 2013 • 18.05.-19.05.

Sporthalle Gesamtschule Dortmund-Huckarde,
Parsevalstr. 170 • 44369 Dortmund

Teilnahmegebühr: **40,- €/Person**
(Anmeldeformular anfordern!)



PETERS FIGHT

19. Dortmund Budolehrgang

Veranstalter: Budo- und Kraftsportverein Dortmund BKV e.V., W. Peters,
Overgünne 241, 44269 Dortmund

Pfingsten 2013 • 18.05.-19.05.

in der Sporthalle Dortmund-Huckarde • Parsevalstr. 170 • 44369 Dortmund

Samstag: 12.00-12.30 Uhr Eröffnung/Vorstellung der Lehrer

- 12.30-14.00 Uhr • 30 min. Pause
- 14.30-16.00 Uhr • 60 min. Pause
- 17.00-18.30 Uhr • Pause
- ab 19.30-ca. 21.00 Uhr Budo-Sport-Show
in der Sporthalle

(mit Lehrern, Gästen, Teilnehmern),
Grillabend, Musik, Gespräche, Ende offen

Sonntag: 9.00 Uhr Frührstüch

- 10.00-11.30 Uhr • 30 min. Pause
- 12.00-13.30 Uhr • 30 min. Pause
- 14.00-15.30 Uhr / Ende 16.00 Uhr

Kostenlos Übernachtungsmöglichkeit in der Sporthalle für Teilnehmer! Kostenloser Besuch der Budo-Party am Samstag Abend! Für Verpflegung wird gesorgt und extra berechnet (Frührstüch bitte vorbestellen).

Anfahrt: A 45 Ausfahrt Do-Huckarde, Zubringer Ausfahrt Huckarde, nach ca. 1 km links in die Parsevalstraße

Info: BKV e.V. • Wilfried Peters • Tel. ab 16.00 Uhr: 0231/8820091 • Mobil: 01731/253876

e-mail: wilfriedpeters@aol.com oder wilfried-peters@web.de Internet: <http://www.budo-sport-report.de>

geplant sind (Änderungen vorbehalten):

- Capoeira/Kaltradman - Julio Felices
- Tai Chi Chuanshulin Kung-Fu - Peter Rutkowski
- Hwarang Kwan Do - Klaus Wachsmann
- Krav Maga - Nico Schüssler
- Luta Livre - Holger Deinmann
- Kick-Boxen/Boxen - Ferdiinand Mack
- Modern Arnis - Dieter Krüttel
- Free Fight - Ralf Seeger
- Muay Thai Boran - Ralf Kusser
- Aikido - Jörg Pechan
- Mittelalterliches Fechten - Jan Gosewinkel
- Taïjtsu HK-Ryu - Horst Kallinowski
- Kabotan - Dirk Hoffmann-Mac Gregor
- Überraschungsgast



Ralf Kusser



Julio Felices



Jan Gosewinkel
Oliver Jenseps



Dirk Hoffmann-
Mac Gregor



Klaus Wachsmann



Ralf Seeger



Horst Kallinowski



Peter Rutkowski



Holger Deinmann



Dieter Krüttel



Ferdiinand Mack



Nico Schüssler