

# Der Budoka

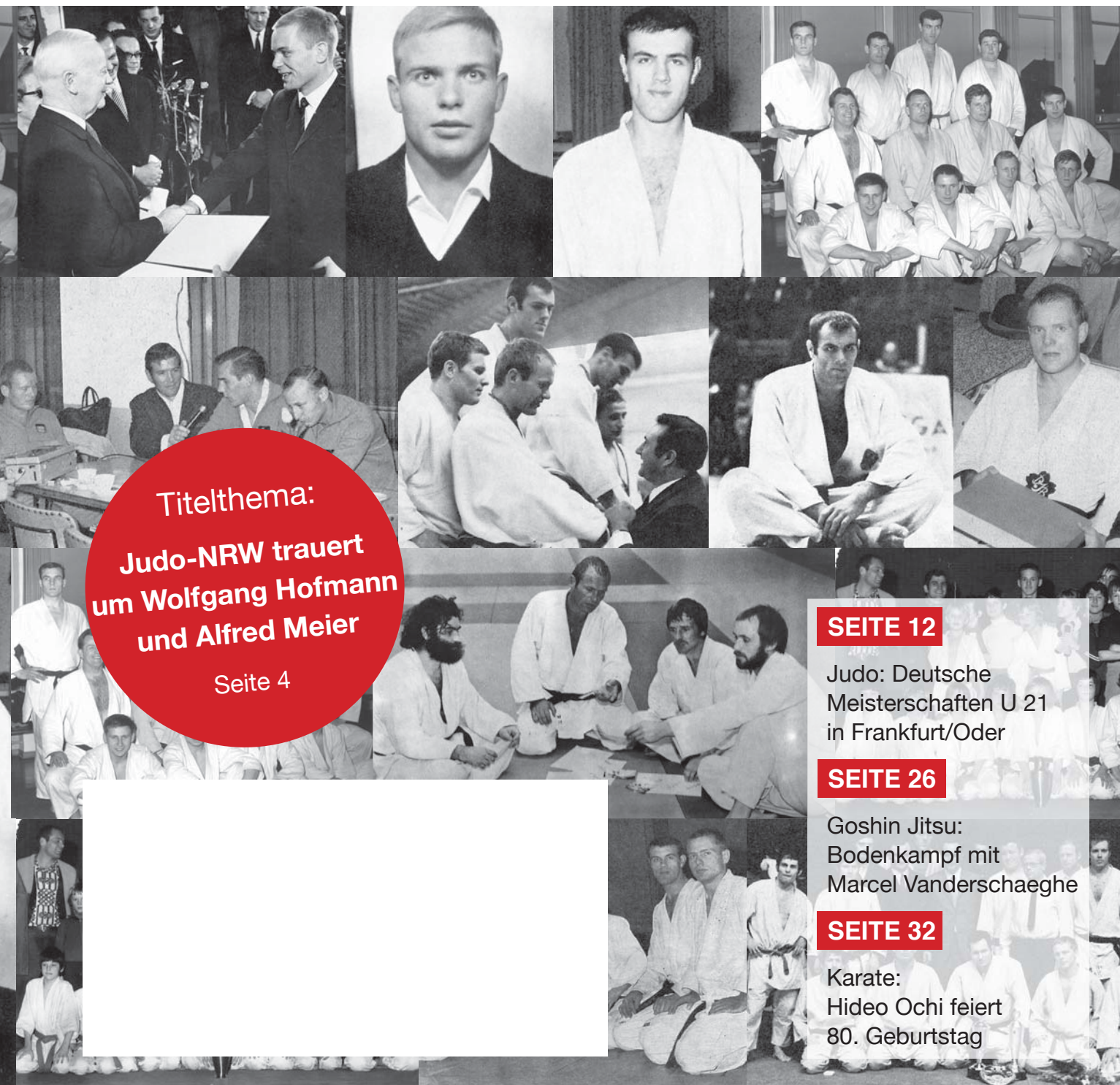
K 10339

April 2020  
4,50 €



Dachverband für Budotechniken  
Nordrhein-Westfalen e.V.

Das Verbandsmagazin des Dachverbandes für Budotechniken Nordrhein-Westfalen e.V.



**Titelthema:**  
**Judo-NRW trauert**  
**um Wolfgang Hofmann**  
**und Alfred Meier**

Seite 4

**SEITE 12**

Judo: Deutsche  
Meisterschaften U 21  
in Frankfurt/Oder

**SEITE 26**

Goshin Jitsu:  
Bodenkampf mit  
Marcel Vanderschaeghe

**SEITE 32**

Karate:  
Hideo Ochi feiert  
80. Geburtstag



**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.**

Josef Jürgens  
Bruckstr. 14  
46519 Alpen  
Tel.: 02802 704966  
E-Mail: josef.juergens@gmx.de  
Internet: www.aikido-nrw.de

### **GOSHIN-JITSU**

#### **Goshin-Jitsu Verband Nordrhein-Westfalen e.V.**

Geschäftsstelle  
Günter Tebbe  
Untere Mühle 17  
50354 Hürth  
Tel.: 02233 9795616  
Fax: 02233 7929470  
Mobil: 0178 2570650  
E-Mail: g-tebbe@t-online.de  
Internet: www.goshin-jitsu.de

### **HAPKIDO**

#### **Nordrhein-Westfälischer Hapkido-Verband e.V.**

Geschäftsstelle  
Olaf Müller  
Am Sportplatz 3  
59192 Bergkamen  
Mobil: 0174 9212087  
E-Mail:  
vorstand@hapkido-nrw.de  
Internet: www.hapkido-nrw.de

### **TAEKWONDO**

#### **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.nwvtv.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  
Internet: www.jju-nw.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

### **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

#### **International Taekwon-Do Federation - Deutschland Landesverband Nordrhein-Westfalen e.V.**

Sven Heinrich  
Hofrichterstr. 11  
51067 Köln  
Tel.: 0221 693874  
Fax: 0221 693874  
E-Mail: vorstand@itf-nw.de  
Internet: www.ITF-NW.de

#### **Deutscher Jiu-Jitsu Bund Landesverband Nordrhein-Westfalen e.V.**

Geschäftsstelle  
Josef Djakovic  
Bertha-von-Suttner-Str. 34  
45481 Mülheim an der Ruhr  
Tel.: 0208 488090  
E-Mail: josef.djakovic@djjb.de  
Internet: www.djjb.de

#### **Deutscher Fachsport- verband für Jiu-Jitsu Nordrhein-Westfalen e.V.**

Geschäftsstelle  
Manfred Thull  
Fleher Str. 152  
40223 Düsseldorf  
Mobil: 0171 3493090  
E-Mail: geschaeftsstelle@dfjj.de  
Internet: www.dfjj.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: nwjv@netcologne.de  
Internet: www.ju-jutsu-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.**

Roland Czerni  
Am Utforter Graben 38  
47445 Moers  
Tel.: 02841 44878  
Fax: 02841 44878  
E-Mail: wwnw@arcor.de  
Internet: www.wushu-nrw.de

# Das Coronavirus hält die Welt fest in seiner Hand

## Die Olympischen Spiele auf 2021 verschoben

In diesen Corona-Wochen ist es für uns alle primäres Ziel gesund zu bleiben. Schockierende Nachrichten aus den Medien versetzen viele von uns in Angst und Schrecken.

**Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde, bitte bleibt gesund! Unsere Gesundheit ist unser höchstes Gut.**

Die Maßnahmen rund um die Corona-Epidemie zwingen die Menschheit aus ihrem gewohnten und vertrauten Leben zumeist in die Isolation. Das gesellschaftliche Leben ist stark eingeschränkt. Viele von uns dürfen nicht zur Arbeit, können nicht in den Ferien verreisen und vieles mehr. Besonders schwer betroffen sind unsere Olympiastarter, die sich intensiv auf den einen Tag im Leben vorbereitet haben.

Wir kampfssportbegeisterten Sportlerinnen und Sportler vermissen die Bewegung mit unseren Trainingspartnerinnen und Trainingspartnern auf der Matte. Wir Budokas definieren unsere Persönlichkeit mit Werten wie Mut, Hilfsbereitschaft, Respekt, Ernsthaftigkeit, Selbstbeherrschung, Bescheidenheit, Ernsthaftigkeit, Ehrlichkeit und Wertschätzung. Diese Werte geben uns Kraft auch schwierige Zeiten wie diese zu meistern.

Ich bin begeistert von den Menschen, die trotz Krise Gutes tun. Dazu zählen viele Kampfsportler, die mit Hilfsbereitschaft, Bescheidenheit und Ernsthaftigkeit Dienst am Menschen und der Gesellschaft leisten. Ich weiß von vielen Sportfreunden, die gerade die

Notbetreuung von Kindern übernehmen, die für unsere Strom- und Wasserversorgung geradestehen, die in Krankenhäusern nicht nur Corona-Patienten pflegen und therapieren, sondern auch Sonderschichten übernehmen. Ebenso bin ich von vielen Judokas begeistert, die trotz Krise Gutes für den Judo-sport tun. Beispielsweise unsere Landestrainer, die mit Videoclips Bewegung in die Wohnungen transportieren. Stichwort -Judo@home-, die Judo-Safari kann zuhause umgesetzt werden. Oder die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unserer Geschäftsstelle, die in Notbesetzung und Homeoffice nicht nur die Krise bearbeiten, sondern auch Ideen und Konzepte entwickeln, um unseren Verband hochzuhalten.

Es gibt sicher viele tolle Ideen, um Budo-sport und Bewegung in der Krise ausüben zu können. Es wäre großartig, wenn diese entsprechend gewürdigt werden könnten. Deshalb lade ich euch ein, eure Projekte an die „Budoka“-Redaktion (budoka@budo-nrw.de) zu senden. Diese Menschen, gerade auch die aus unserer Kampfsportfamilie, sind die Helden der aktuellen Zeit.

Ich wünsche uns allen, gesund und mit Kraft diese Krise zu meistern. Und wenn die Matten wieder freigegeben sind, will ich euch ALLE beim Training, im Wettkampf, bei der Kata und im Randori mit einem herzlichen Lächeln im Gesicht begrüßen dürfen. Ich freue mich auf euch!

**Andreas Kleegräfe**  
Präsident NW Judo-Verband

## INHALT 4/2020

Der  
**Budoka**

### Verbände

Nordrhein-Westfälischer <b>Judo</b> -Verband	4
Nordrhein-Westfälisches Dan-Kollegium	19
<b>Goshin Jitsu</b> Verband Nordrhein-Westfalen	26
Nordrhein-Westfälischer <b>Hapkido</b> -Verband	28
Deutscher <b>Jiu Jitsu</b> Bund Nordrhein-Westfalen	30
Nordrhein-Westfälischer <b>Ju Jitsu</b> Verband	31
<b>Karate</b> verband Nordrhein-Westfalen	32
Nordrhein-Westfälischer <b>Taekwon-Do</b> Verband	34
<b>Wushu</b> -Verband Nordrhein-Westfalen	36

**Titelseite:** Mit Wolfgang Hofmann, Silbermedaillengewinner der Olympischen Spiele 1964 in Tokio und Alfred Meier, Europameister 1965 und 1969, verstarben im März zwei herausragende Judo-Persönlichkeiten aus Nordrhein-Westfalen.

Fotos: Archiv Judo und privat

### Themen



**Judo:**  
Judo und Fußball

**SEITE 17**

**Hapkido:**  
Technik: Abwehr eines Faustschlages mit dem Gehstock



**SEITE 28**

Krafttraining, Teil 113: Variationen Kreuzheben (Rumpfaufrichten) mit der T-Stange **20**

Bestellschein	16
Impressum	25
Ausschreibungen	39

# Judo-NRW trauert um Wolfgang Hofmann und Alfred Meier

**Mit Wolfgang Hofmann, Silbermedaillengewinner der Olympischen Spiele 1964 in Tokio, und Alfred Meier, Europameister 1965 und 1969, verstarben im März zwei ganz große Judo-Persönlichkeiten aus Nordrhein-Westfalen.**



Foto: Archiv Judo-Magazin

## Wolfgang Hofmann

... war der erste deutsche Judo-Medaillengewinner bei Olympischen Spielen. 1964 erkämpfte der Kölner in Tokio die Silbermedaille in der Klasse bis 80 kg. Nur wenige Tage vor seinem 79. Geburtstag erreichte uns am 12. März die traurige Nachricht von seinem Tod.

Wolfgang Hofmann war als aktiver Judoka insgesamt 15 x Deutscher Meister und drei Mal Europameister. Er war Träger des 8. Dan und über viele Jahre Dozent für Judo an der Deutschen Sporthochschule in Köln. Er entwickelte seine Idee von unserem Sport unter anderem bei zwei Sprach- und Studienaufenthalten in Japan weiter. Noch heute prägt sein Judoverständnis die Ausbildungs- und Prüfungsordnung des Deutschen Judo-Bundes (DJB).

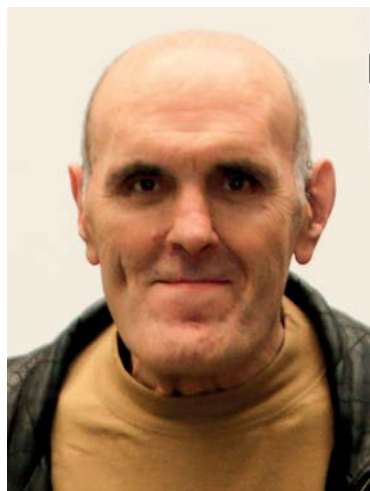


Foto: privat

## Alfred Meier

... aus Düsseldorf, Europameister 1965 und 1969, ist am 10. März nach langer schwerer Krankheit im Alter von 78 Jahren gestorben.

Der Träger des 6. Dan-Grades war einer der besten deutschen Judokas im Schwergewicht aus Nordrhein-Westfalen. Zu seinen größten Erfolgen gehören die beiden Goldmedaillen der Allkategorie bei den Europameisterschaften 1965 und 1969.

Während seiner zehnjährigen Mitgliedschaft in der deutschen Nationalmannschaft kamen noch drei weitere Silber- und Bronzemedailles bei Europameisterschaften hinzu. Als Teilnehmer reiste er zu den Weltmeisterschaften 1965 (USA), 1969 (Mexiko) und 1971 (Deutschland) und als Ersatzmann zu den Olympischen Sommerspielen 1964 und 1972.

Als Judoka des Post SV Düsseldorf erkämpfte er sich zehnmal die Landesmeisterschaft und wurde viermal Deutscher bzw. Internationaler Deutscher Meister. Mit seiner Mannschaft wurde er dreimal deutscher Mannschaftsmeister (1965, 1966 und 1969).

Nach seiner aktiven Karriere arbeitete er von 1986 bis 2006 als Judo-Abteilungsleiter beim Post SV Düsseldorf. Noch im Februar gehörte er zu den Besuchern des Judo Grand Slam in Düsseldorf.

Judo heißt vor allen Dingen: auf der Matte üben, sich bewegen, mit vielen Partnern kämpfen, oder, wie die Japaner sagen, „mit dem Körper begreifen“.

**Wolfgang Hofmann im Vorwort des Lehrbuches „Judo - Grundlagen des Stand- und Bodenkampfes“**

# Die Weggefährten über Wolfgang Hofmann

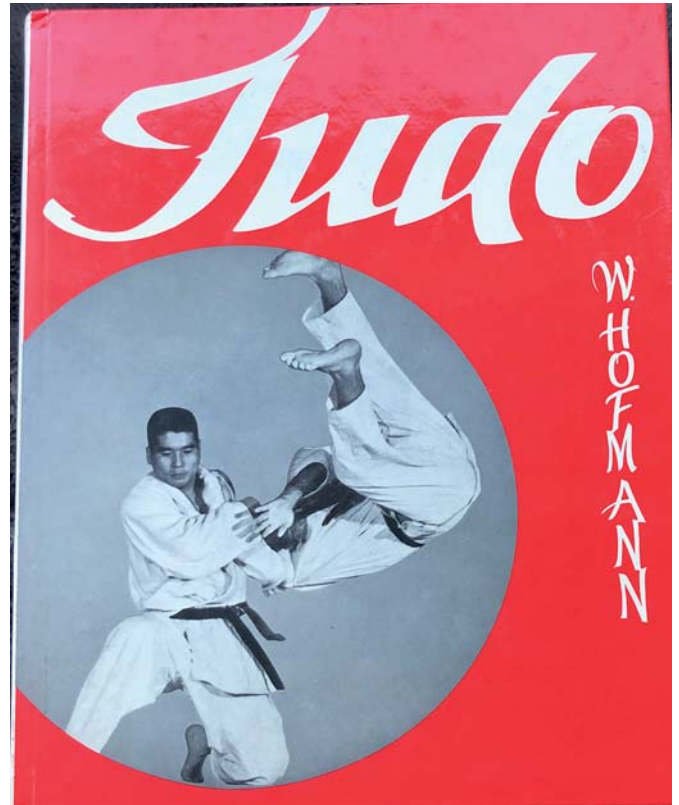
## Ulrich Klocke, Autor zahlreicher Judo-Lehrbücher:

„In zahlreiche Beiträgen anlässlich Wolfgangs Tod sind Hinweise auf sein Buch „Judo-Grundlagen des Stand- und Bodenkampfes“ gemacht worden. Ich möchte diese deutsche „Judo-Bibel“ ein wenig ausführlicher darstellen.

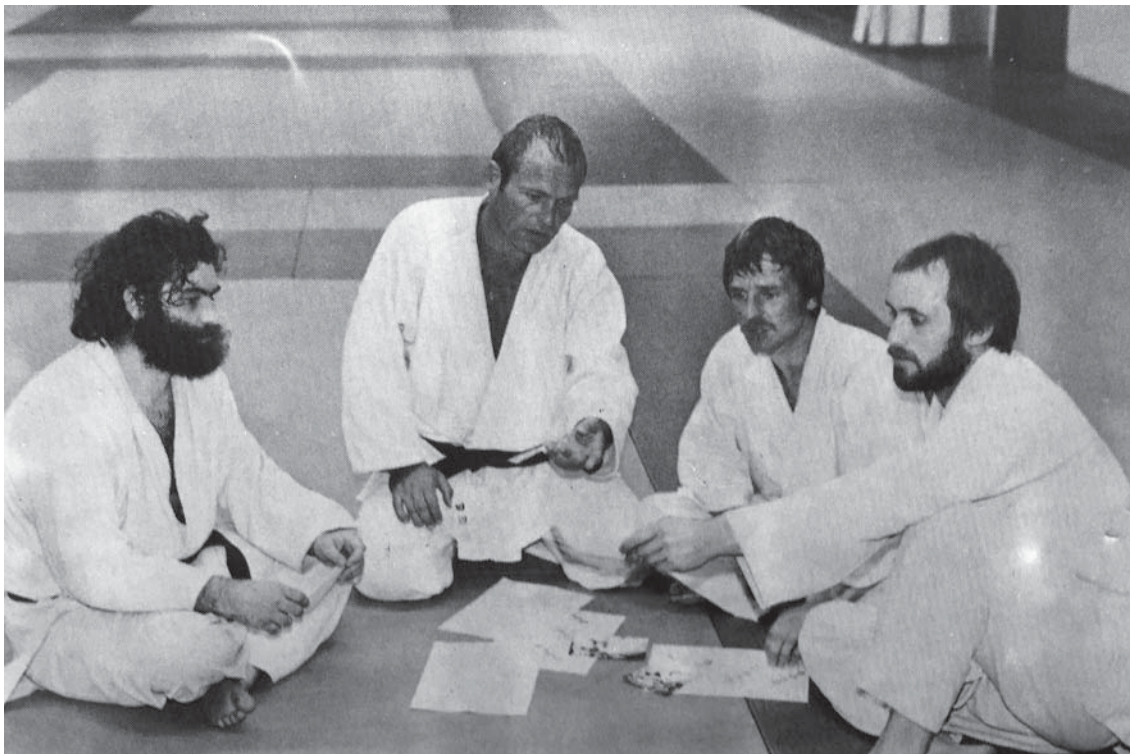
1969 erschien die Erstauflage mit einem Hardcover, einem zusätzlichen Schutzumschlag und der Go-Kyo-Tafel, die später in fast allen Dojo der 70er-Jahre zu sehen war. Wolfgang war nicht nur - wie man auf den Fotos sehen kann - ein glänzender Judoka, bei dem es Freude machte, ihm bei Technikdemonstrationen zuzuschauen, er war auch ein begnadeter Autor, der treffend - manchmal auch bissig - formulieren konnte.

1973 kam eine weitere Auflage seines Buches heraus, diesmal mit festem Umschlag ohne zusätzlichen Schutzumschlag. In einer späteren Auflage wurde der Inhalt um die Darstellung der Nage-no-kata erweitert.

Auch heute noch kann im Internet Hofmanns Buch günstig erworben werden. Es umfasst neben den historischen und philosophischen Grundlagen, den grundlegenden Bewegungen und Fallübungen die 40 Würfe der Go-kyo, auch Wurfkombinationen und Trainingstipps. Bei der Bodenarbeit stellt Hofmann eine eigene, damals revolutionäre Systematik der Bodentechniken vor, indem er die Haltegriffe in vier Gruppen zusammenfasst sowie die Armhebel und Würgegriffe in jeweils sieben. Diese Aufteilung findet sich auch heute noch in den Prüfungsordnungen des DJB wieder. Mit dem Kapitel „Angriff und Verteidigung in der Bodenlage und einem Stichwortverzeichnis, das die japanischen Begriffe erläutert, schließt Hofmann sein Buch ab. Später kam noch ein zusätzliches Kapitel zum Thema Kata hinzu, mit der Darstellung der Nage-no-kata.



„Die Judo-Bibel“: Judo - Grundlagen des Stand- und Bodenkampfes



Dr. Riccardo Bonfranchi, Wolfgang Hofmann, Klaus Kessler und Ulrich Klocke (von links nach rechts); das Foto ist die Rückseite des gemeinsamen Buches „Judo für die Jugend, Bd. 1 Kennenlernen und Üben“, das 1976 im Honnefer Buchverlag, Bad Honnef erschienen ist. Dr. Riccardo Bonfranchi ist ein schweizer Judoka (Jugend-Nationalmannschaft), der Anfang der 70er-Jahre bei Hofmann Judo machte, an der Pädagogischen Hochschule Köln in Heilpädagogik promovierte und bei Bushido als der Fachmann für Kindertraining galt. Dieses „Viererteam“ schrieb gemeinsam die beiden Bücher („Judo für die Jugend Bd. 1: Kennenlernen und üben“; „Bd. 2: Trainieren und Kämpfen“). Diese beiden Bücher waren die Vorbilder für die beiden Bücher „Judo lernen“ und „Judo anwenden“.

Wolfgang und auch Mahito Ohgo haben mich motiviert, mich über Judo schriftlich zu äußern. Zunächst in einem gemeinsamen Werk („Judo für die Jugend“), dann - gemeinsam mit meinem schweizerischen Freund Dr. Riccardo Bonfranchi - mit der verantwortungsvollen Übernahme der von Mahito Oho gegründeten Judo-Revue. Beides führte dann - ebenfalls im Falken-Verlag - zum gemeinsamen Werk von „Boni“ und mir mit „Wir machen Judo“, das es auch heute noch gibt und das in fünf Sprachen übersetzt wurde. Ende der 90er-Jahre begann dann mit dem DJB die Herausgabe der „offiziellen Lehrbücher des Deutschen-Judo-Bundes“, von denen es mittlerweile drei aufeinander aufbauende Bücher gibt.“

#### **Ralf Lippmann, Lehrreferent des Deutschen Judo-Bundes:**

„Ich hatte das große Glück, mehr als 20 Jahre lang von Wolfgang Hofmann lernen und bei ihm trainieren zu dürfen. Dafür bin ich sehr dankbar. Als väterlicher Freund hat er wie kein anderer mein Judo und mein Leben geprägt.“

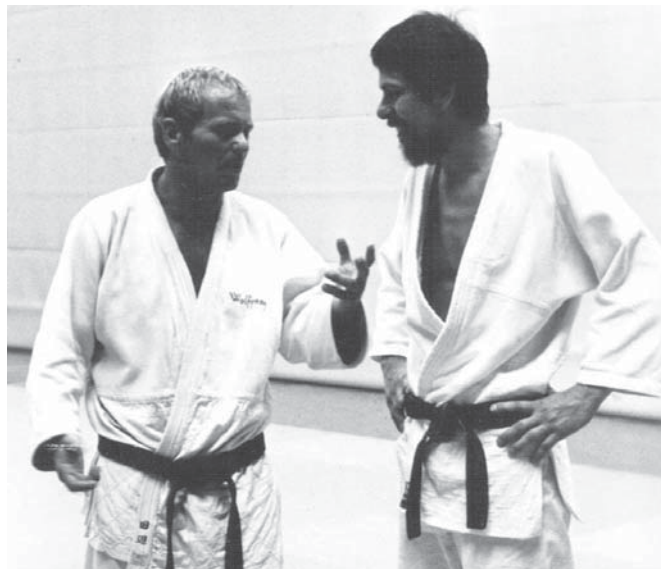
#### **Frank Wieneke, Olympiasieger 1984 und Bundestrainer des DJB:**

„Als ich 1985 nach Köln gezogen bin, lernte ich auch sofort Wolfgang Hofmann persönlich kennen und habe bei ihm in seiner legendären Judoschule in der Kölner Innenstadt auf der Ehrenstraße trainieren dürfen. Seine Ausstrahlung und Präsenz auf der Judomatte hat mich sofort beeindruckt und ich bemerkte gleich sein großes Judoverständnis.“

Seine Trainingsgruppe bestand aus vielen „Kölsche Jungs“, die nicht nur von seinem Judo, sondern auch von seiner Art her geprägt wurden. Er war eine große Persönlichkeit und außergewöhnlicher Sportler. Ich bin dankbar, ihn auf der Judomatte kennengelernt zu haben.“

#### **Klaus Büchter, Landestrainer und Lehrgangreferent:**

„Schock, schon wieder geht eine große Judo-Legende. Ich konnte Wolfgang noch Ende der 60er-Jahre als Wettkämpfer erleben. In den 70er-Jahren war er mit seinen judospezifischen Ansichten und Methoden seiner Zeit weit voraus. Wolfgang war auch Lehrwart im DJB. Bei meinen B- und A-Lizenz-Ausbildungslehrgängen konnte ich ihn 1976 als Referent erleben. Viele Trainingsstunden und Sommerschulen in Frankfurt und in der Schweiz haben wir gemeinsam auf der Matte gestanden. Kein Lehrer hat mich so geprägt, motiviert und inspiriert. Ich glaube, ohne die Judo-Weisheiten von Wolfgang Hofmann wäre ich nicht so lange Trainer geblieben.“



Wolfgang Hofmann und Klaus Büchter



Der erste Titel für die Kinder von Bushido Köln 1972, Westdeutscher Schülermeister. Hinten links Wolfgang Hofmann, unten links Ralf Lippmann.



Auswahl der Judokas Deutschlands zur Bildung einer Olympiiauswahl für die Ausscheidungskämpfe mit den Sportlern der Zone: stehend: Glahn, Miebach, Meier und Monczyk; knieend: Metzler, Hofmann, Hermann und Stoll; sitzend: Egger, Schittkowski, Schießleder und Schreiner

### Wolfgang Dax-Romswinkel, Kata-Spezialist:

„Ich habe 1969 in Bonn mit dem Judo begonnen. Wolfgang Hofmann wurde schnell zu dem Idol für mich schlechthin: Er hatte Silber in Tokio gewonnen, er hatte das berühmte Buch geschrieben, das ich verschlungen habe und er war Trainer des damals stärksten Vereins im Bezirk Köln. Für mich persönlich kam aber noch ein weiterer Punkt hinzu: Wolfgang Hofmann war ein Allroundjudoka, der nicht nur auf den Wettkampf spezialisiert und ein ausgezeichnete Lehrer war, sondern er hat auch Kata wie selbstverständlich in sein Training eingebettet.

Seine Demonstration der Ju-no-Kata im Jahr 1977 bei der Sommerschule in Papendal war mein erster Kontakt mit dieser Kata. Ich verstand zwar nicht, was da eigentlich gemacht wurde bzw. gemacht werden sollte, aber ich sagte mir: Wenn es jemand wie Wolfgang Hofmann macht, dann würde es schon seinen Sinn haben. Einige Jahre später (1985) habe ich sie dann auch von ihm gelernt und den Sinn hinter den Formen schrittweise immer besser verstanden.

„Wenn die Frucht schmeckt, preise den Gärtner“ - so ähnlich lautet ein Aphorismus, den ich einmal aufgeschnappt habe. Wir können Wolfgang Hofmann kaum genug preisen. Seine Frucht war ganzheitlich, ganz wie es Opa Schutte einmal so treffend formulierte: Wettkampf, Kata, die Techniken - alles sind nur Scheibchen der „Orange Judo“. Jedes einzelne ist zwar wohlschmeckend, aber erst die ganze Frucht entfaltet das volle Aroma. Das Ganzheitliche an Wolfgangs Ansatz war der Mensch im Bewegungsvollzug. Konsequenterweise vermittelte er Judo als etwas, was mit dem Körper begriffen werden müsse. Daher sei auch kein Verlass auf Worte. Nicht zufällig stehen diese zentralen Botschaften prominent im Vorwort von „Judo - Grundlagen des Stand- und Bodenkampfes“. Oft sagten wir in der Retrospektive, eine Aktion - sei es in einer Kata, im Randori oder im Wettkampf - sei „gelebt“ oder eben „nur gemacht“ gewesen. Mehr Worte der Einordnung bedurfte es nicht - und mehr hätten Worte auch nicht ausdrücken können.“

## Meldung zum Start

Zuname: Hofmann Vorname: Wolfgang

Gewichtsklasse: 70 kg. Jugend- / Kampf- / Alters- / -klasse

Geburtsdatum: 30.3.1941 Judograd: \_\_\_\_\_

genaue Anschrift: Köln - Ehrenfeld  
Barthelstr. 34

wird hiermit von dem unterzeichneten Verein zum Start bei (Bezeichnung der Veranstaltung): J. Jugendbestenkämpfe 1957

gemeidet. Das vorgeschriebene Startgeld ist gleichzeitig eingezahlt worden.  
Köln am 2. Okt. 1957

Verein: F.S.V. Olympia Köln e.V. Judo-Abteilung

Unterschrift: Johann Stoll  
(Vereins- oder Abteilungsleiter)

DJB-Startkarte von Wolfgang Hofmann für die Jugendbestenkämpfe 1957

Wir bedanken uns bei allen Weggefährten von Wolfgang Hofmann, die uns Fotomaterial zur Verfügung gestellt haben.

## Wolfgang Hofmann, 4. Dan „Werfen und werfen lassen“

Wolfgang Hofmann wurde am 30.3.1943 in Köln geboren, betreibt seit 6.7.1954 Judo, erhielt am 4.5.1959 den 1. Dan und ist Student rer. pol. an der Universität in Köln. Der „Stier von Tokio“, wie er von der deutschen Sportpresse oft genannt wird, besitzt den durch seine Vitalität geprägten Angriffsgeist eines Tokio Hirano und die verblüffende Vielseitigkeit eines Kokichi Nagaoka ... im Stand und in der Bodenarbeit. Erst vor wenigen Wochen kehrte er von einem zweijährigen Trainingsaufenthalt in Japan mit dem Prädikat „bester Europäer, der im KODOKAN trainierte“ nach Deutschland zurück. Ob er hier durch weiteres Training in die Vormachtstellung des französischen Judo und weiter auch in die des japanischen Judo einzudringen vermag, wird die Zukunft zeigen. Der Bitte um ein Interview kam Wolfgang Hofmann bereitwillig nach:

1954 begann der Judosport für mich im Dojo des Judoklubs „Achilles“, Köln, unter der Leitung von Toni Bader. Schnellen Erfolgen - fünfmal Deutscher Jugendbester von 1955 bis 1959 und Meister im Halbschwergewicht 1960 - folgte der Wunsch, Judo noch besser kennenzulernen, d.h. noch intensiver zu üben. 1961 verhalf mir dann der verstorbene Bundestrainer Kokichi Nagaoka mit der Empfehlung an die Tenri-Universität zu einem Traumtraining in Japan.



„Was war Ihr erster Eindruck, als Sie wieder nach Köln zurückkamen?“

„Mein Gott, sind die deutschen Frauen groß!“

„Welches Programm werden Sie in Zukunft für Ihr Kampftraining ausarbeiten?“

„Neben Konditions- und Uchi-komi-Training eine speziell auf die deutsche Situation - fehlende Partner - zugeschnittene Übung: Werfen und werfen lassen. Wenn man hundertmal wirft und hundertmal fällt, hat man schon viel des fehlenden Kampftrainings ausgeglichen.“

„Was ist der Unterschied zwischen dem deutschen und dem japanischen Training?“

„Verschiedene Judosysteme bedingen verschiedene Trainingsarten. Im deutschen Vereinsjudo, wo die ausgleichende Wirkung, die das Judo als Sport bringt, betont wird, wird man vergeblich die Disziplin, Besessenheit und Härte des japanischen Universitäts-, Polizei- und Firmen-Judo suchen. Den deutschen ‚Judoverein‘ gibt es in Japan auch, wenn auch nur als unbedeutende

Randform. In einem solchen ‚Club‘, in dem alt neben jung, Anfänger mit Danträger übt, unterscheidet sich der japanische Trainingsaufbau nur noch geringfügig vom deutschen. Erst die Homogenität der Übenden bildet die Voraussetzung für ein gezieltes Training auf einem anderen Niveau.“

„Welchen Ratschlag geben Sie den deutschen Judoka für ihr Training?“

„Jeder hat andere Stärken und andere Schwächen. Soll ich 25.000 deutschen Judoka 25.000 Ratschläge geben? - Jedoch sollte man an Stelle eines allzu speziellen Krafttrainings ein allgemein stärkendes Konditionstraining setzen oder weniger stemmen und mehr laufen!“

„Möchten Sie Judo unterrichten?“

„Nichts lieber als das!“



Silbermedaillengewinner Wolfgang Hofmann (Olympische Spiele 1964) während des Empfangs bei Bundespräsident Dr. Heinrich Lübke



Die deutschen Olympia-Teilnehmer im Gespräch mit Reportern, v.l.n.r.: Hofmann, Glahn und Schießleder



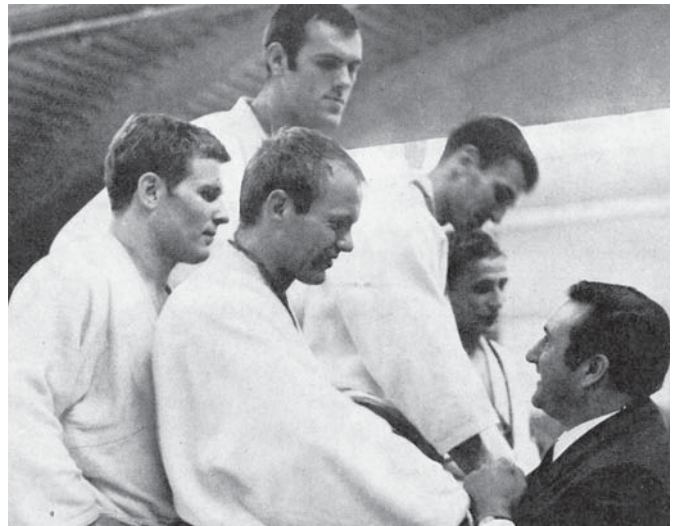
## Silbermedaillengewinner Wolfgang Hofmann (4. Dan), Köln

(aus: "Judo", 12/1964)

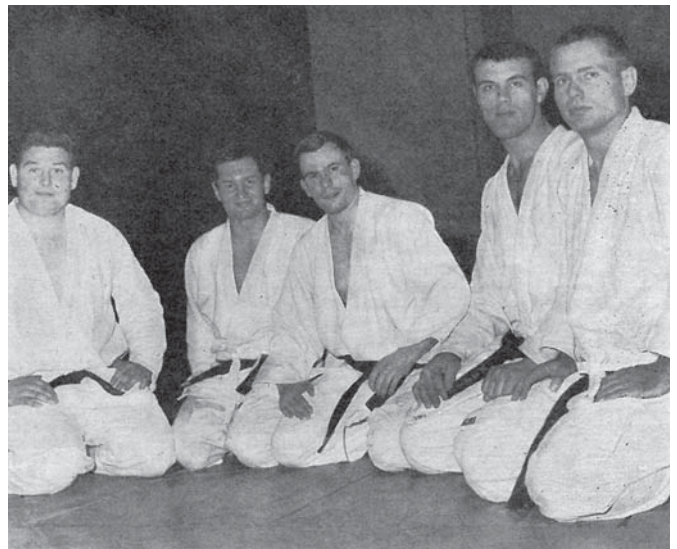


..., wie bei Weltmeister Geesink, erfüllten sich die in ihn gesetzten Erwartungen um das Vielfache ... und das schon innerhalb der nächsten Monate. Denn Wolfgang Hofmann besiegte in diesem Jahr mehrere der bekanntesten europäischen, amerikanischen und sogar japanischen Meister. Darunter zum Beispiel Leberre (Frankreich), Snijders (Holland), Smirat (Ostdeutschland), Bregman (Amerika) und sogar Seki (Japan).

Und last but not least stellt der Gewinn der Silbermedaille in Tokio den bisher schönsten Erfolg des jungen deutschen Kämpfers dar. Alle deutschen Judosportler freuen sich über diesen Erfolg und gratulieren Wolfgang Hofmann (selbstverständlich auch Anton Geesink und dem deutschen Bronzemedaillengewinner Klaus Glahn) auf das herzlichste.

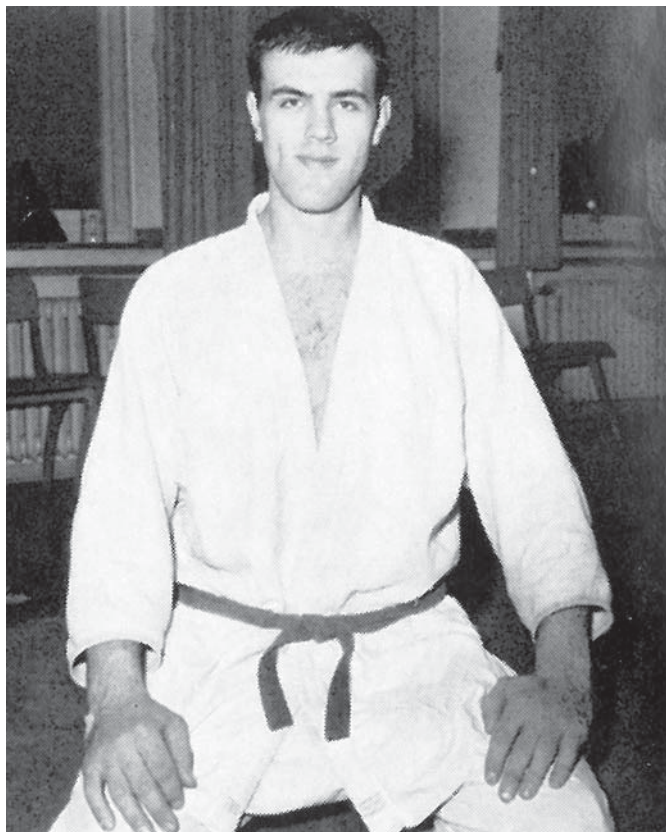


Deutschland - Mannschaftseuropameister 1969



Kono-Pokal - ein von dem japanischen Minister für Landwirtschaft und Forsten Ichiro Kono im Jahre 1961 gestifteter Pokal - im Dezember 1964 in München: Ein Teil der siegreichen NRW-Mannschaft: Monczyk, Riedrich, Lesmeister, Meier und Hofmann (v.l.n.r.) (aus: "Judo", 1/1965)

1968 und 1969 wurde die Diplomarbeit von Wolfgang Hofmann „Die Budo-Praktiken - Eine Untersuchung über die japanischen Kampfsportarten Kendo, Judo, Aikido und Karate“ veröffentlicht. Ab der nächsten Ausgabe des „Budoka“ wollen wir diese Diplomarbeit erneut veröffentlichen.



**Interview mit Alfred Meier (aus: "Judo", 1/1965)**

## Alfred Meier, 1. Dan Deutschlands „größter“ Judoka

Alfred Meier wurde am 30. September 1941 in Pelagia (Schlesien) geboren, kam dann jedoch schon früh nach Düsseldorf. Der jetzt 23-jährige Klimatechniker gehört dem Post-Sportverein Düsseldorf an. Als „größter“ deutscher Judoka der Spitzenklasse (er ist 2,05 m groß und 114 kg schwer) hat er schon beachtliche Erfolge erzielt: Sein erster großer Erfolg war der zweite Platz in der mit 69 Teilnehmern besetzten Allkategorie bei den Internationalen Deutschen Meisterschaften 1962 in Wiesbaden. Inzwischen hat er zwei weitere Deutsche Vizemeisterschaften im Schwergewicht (1963 in Lübeck und 1964 in Walsum) hinzugefügt. In beiden Fällen fehlte ihm noch die Routine und das auch beim Judo so wichtige „kleine Quentchen Glück“. Im neuen Jahr soll es dann endlich klappen. Sein größter Erfolg war der dritte Platz bei den Junioren-Europameisterschaften 1963 in Paris. Auch bei den Ost-West-Ausscheidungen in Rostock kämpfte er ausgezeichnet. Als bester Schwergewichtler der Bundesrepublik unterlag er nur knapp durch KE gegen den dreifachen Europameister Herbert Niemann (Ostberlin).

### FRAGEN UND ANTWORTEN

**„Wie kamen Sie zum Judo?“**

„Ich habe erst vor knapp dreieinhalb Jahren mit 19 Jahren begonnen. Unser jetziger Trainer und Vorsitzender Willi Schwiderski (2. Dan) nahm mich einmal zum Judotraining mit. Es hat mir gut gefallen, und ich meldete mich direkt an. Ich habe vorher nie Sport getrieben und hatte es am Anfang besonders bei der Gymnastik sehr schwer. Über die Anfangsschwierigkeiten, die bei mir ja durch meine Größe weit größer waren, half mir jedoch unser großartiger Trainer Willi Schwiderski hinweg, dem ich an dieser Stelle herzlich danken möchte. Ihm verdanke ich eigentlich alle meine bisherigen Erfolge. Besonders beim Randori, wenn ich allzu kräftig sperrte, hat er mich oft gebremst und belehrt.“

**„Welche Ziele haben Sie sich für das Jahr 1965 gesteckt?“**

„Viel mehr als den Gewinn eines Einzeltitels wünsche ich mir einen Erfolg unserer Klubmannschaft bei den Deutschen Mannschaftsmeisterschaften. Die neue Gewichtseinteilung auch im Mannschaftskampf kommt uns hierbei sehr zustatten. Mit dem Wuppertaler Ulmann (2. Dan), der jetzt für Post Düsseldorf startet, und mit Riedrich haben wir sehr starke Kämpfer.“

Natürlich möchte ich auch bei den diesjährigen Europameisterschaften in Madrid dabei sein. Ich hoffe nur, dass ich mich hierfür in Stuttgart qualifizieren kann. Ich weiß, daß ich noch technisch unvollkommen bin und noch viel dazulernen muss. Ich bin jedoch noch jung, habe in Wolfgang Hofmann einen guten Lehrer und kann mich bestimmt noch um einiges steigern.“

**„Wer sind Ihre Vorbilder im Judo?“**

„An erster Stelle steht hier natürlich der zweifache Weltmeister und Olympiasieger Anton Geesink, mit dem ich bis jetzt nur Größe und Gewicht gemeinsam habe. Er hat hart an sich gearbeitet und ist nicht von ungefähr so gut geworden. Außerdem gefallen mir die beiden französischen Meister Pariset und Courtine sehr gut, die ich von Südf frankreich her kenne. Von den deutschen Judoka? Hier ist eigentlich nur Hofmann zu nennen, der sowohl im Stand- als auch im Bodenkampf in Deutschland unerreicht ist.“

## Judo-Europameisterschaften 1965 in Madrid

(aus: "Judo", 5/1965)

### Allkategorie

Alfred Meier hatte ein äußerst ungünstiges Los. Als am Tag zuvor das Los so fiel, dass er im ersten Kampf sofort gegen Anton Geesink kam, steckten wir ihn noch schnell zusätzlich in die Klasse Allkategorie der Amateure. Wer aber glaubte, dass Alfred Meier ohne zu kämpfen gegen Anton Geesink verlieren würde, wurde angenehm enttäuscht. Er griff sofort den Weltmeister mit Ko-uchi-gari an, der diesen zwang, sich abzufangen. Dann aber drehte der Weltmeister den Spieß um und nahm Alfred Meier in Yoko-shiho-gatame, aus dem es kein Entrinnen gab.

Als Anton Geesink aber gegen Saunin, Russland, kämpfte, zog er sich eine Knieverletzung zu und schied nach diesem Kampf aus dem Turnier aus. So ergab sich für Alfred Meier eine große Gelegenheit. Als er gegen Saunin, Russland, antrat, hätte vorher keiner auf Alfred Meier getippt. Er ließ sich jedoch nicht einschüchtern, und seine Angriffe und ein sehr schöner Harai-goshi brachten die entscheidenden Vorteile. Einstimmiger Sieger wurde Alfred Meier.

Nun war der Weg zur Europameisterschaft praktisch offen. Noris, Frankreich, der wesentlich kleiner als Meier ist, machte ihm noch große Schwierigkeiten, und er glaubte, nicht über die Zeit zu kommen. Der Zuspruch von außen wirkte aber, und, so gab es wiederum ein einstimmiges Urteil: Sieger Meier! Der Engländer Hoare war dann sein letzter Gegner. Hier zeigte Alfred Meier, dass er kann, wenn er nur will. Schon in der zweiten Minute geschah es dann: blitzschnell drehte sich Alfred Meier zum Ashi-guruma ein und warf den Engländer. Damit war die erste Goldmedaille für uns fällig und Alfred Meier war Europameister. Ich glaube sagen zu können, dass Alfred Meier noch mehr erreichen kann, wenn er fleißig und intensiv weiter trainiert und vor allen Dingen so angreift, wie er es bei der Europameisterschaft getan hat. Groß war die Freude unserer Jungen, besonders, da keiner bei dieser Besetzung (Anton Geesink) damit rechnen konnte, dass wir in dieser Klasse einen Europameister stellen würden.

Der Post SV Düsseldorf wurde 1965, 1966 und 1969 mit Alfred Meier Deutscher Mannschaftsmeister



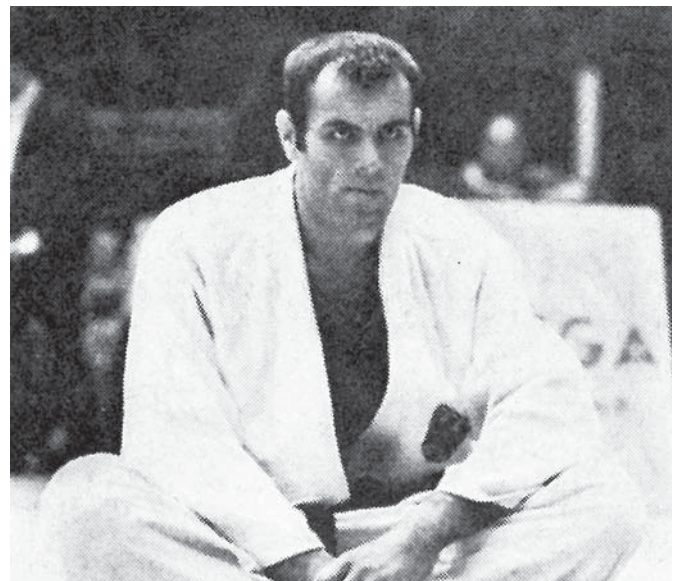
**Matthias Schiebler, Olympia-Starter von 1964, erinnert sich an Alfred Meier:**

**Trainingssituation Bodenrandori**

„Ich in Unterlage, Alfred neben mir und hält mich irgendwie mit einer Haltetechnik. Dann wechselt er die Seite, stützt sich dabei irgendwie ab und rammt seinen Ellenbogen in meinen Solar Plexus (Magen) wo auch immer. Ich, bewegungsunfähig, nach Luft ringend, bringe keinen Ton heraus. Und dann? Alfred sieht mich an, tätschelt mir Gesicht und Wangen und sagt voller Mitleid: „Entschuldige Matthes, ich glaube, ich habe dich übersehen!“

**Olympiavorbereitung in Golf Bleu**

Trainer Han Hosan hetzt uns einen steilen Hügel hinauf. Unser Freund Alfred ist nirgends zu sehen. Alle keuchen und quälen sich, denn keiner wollte als Letzter oben ankommen. Dann, kurz vor dem Gipfel, „schwebt“ Alfred, ruhig atmend, mit seinen bekannt riesig langen Beinen im „Schritt“ an uns vorbei. Alfred: „Jungs, ihr seht aber gar nicht gut aus. Ihr solltet mal mehr für eure Kondition tun.“



**PHOENIX**

BUDOSPORT

ERSTKLASSIG AUSGERÜSTET

[www.phoenix-budoshop.de](http://www.phoenix-budoshop.de)

# Katharina Löb gewinnt NRW-Finale gegen Elisa Marie Heeb

## Sechs Silbermedaillen für NWJV-Judokas

Bei den Deutschen Einzelmeisterschaften der Frauen und Männer unter 21 Jahren in Frankfurt an der Oder gab es für die Judokas aus Nordrhein-Westfalen eine Goldmedaille, sechs Silbermedaillen, fünf Bronzemedailles, acht fünfte und sechs siebte Plätze.

Katharina Löb vom JSV Düsseldorf gewann den Titel in der Gewichtsklasse bis 44 kg. Im reinen NRW-Finale setzte sich die 16-Jährige vorzeitig gegen Elisa Marie Heeb vom JC Hennef durch.

Bei fünf weiteren Finalteilnahmen von NWJV-Judokas gab es fünf Silbermedaillen. Sophie Püchel vom TB Wülfrath (bis 57 kg), Hannah Schatten vom Velberter JC (über 78 kg), Eugen Müller vom JC 66 Bottrop (bis 55 kg), Alexander Wegele vom 1. JC Mönchengladbach

(bis 60 kg) und Jonas Schreiber von der Sport-Union Annen (über 100 kg) verpassten knapp den Titelgewinn und belegten zweite Plätze.

Bronzemedailles erkämpften Leticia Jung von der Sport-Union Annen (bis 44 kg), Anja Vishnevskaya vom 1. JC Mönchengladbach (bis 48 kg), Laura Hiller vom 1. JC Mönchengladbach (bis 52 kg), Mareike Reddig vom JC 71 Düsseldorf (bis 70 kg) und Luca Harmening vom PSV Herford (bis 55 kg).

Den ersten Platz im Medaillenspiegel belegte nach zwei Tagen Berlin mit zwei Goldmedaillen, einer Silbermedaille und vier Bronzemedailles vor Württemberg (2/1/2) und Baden (2/1/1).



Klasse bis 57 kg: Silber für Sophie Püchel vom TB Wülfrath



Klasse über 78 kg: Silber für Hannah Schatten vom Velberter JC



Klasse bis 55 kg: Silber für Eugen Müller vom JC 66 Bottrop



Klasse bis 44 kg: Deutsche Meisterin Katharina Löb vom JSV Düsseldorf, Silber für Elisa Marie Heeb vom JC Hennef

Fotos: Falk Scherf



Klasse bis 60 kg: Silber für Alexander Wegele vom 1. JC Mönchengladbach



Klasse über 100 kg: Silber für Jonas Schreiber von der Sport-Union Annen



Finale der Klasse bis 44 kg zwischen Katharina Löb (in blau) und Lisa Marie Heeb



Finale der Klasse bis 57 kg zwischen Sophie Püschel und Yara Slamberger

## Frauen U 21

### bis 44 kg:

1. Katharina Löb, Judo-Sport-Verein Düsseldorf
2. Elisa Marie Heeb, Judo Club Hennef
3. Leticia Jung, Sport-Union Annen
3. Christin Wolz, Budo-Club Karlsruhe
5. Paige North, SV Nienhagen
5. Kristina Deibel, Judo-Club Godshorn

### bis 48 kg:

1. Helen Schneider, JSC Heidelberg Rhein-Neckar
2. Martha Kaiser, JSC Heidelberg Rhein-Neckar
3. Sarah Ischt, VfL Wolfsburg
3. Anja Vishnevskaya, 1. JC Mönchengladbach
5. Eleonora Maksin, UJKC Potsdam
5. Katharina Boes, Kentai Bochum
7. Nikita Krieger, PSV Herford

### bis 52 kg:

1. Bettina Bauer, TSV Großhadern
2. Mascha Ballhaus, TH Eilbeck
3. Annika Würfel, VfK Bau Rostock
3. Laura Hiller, 1. JC Mönchengladbach
5. Laila Göbel, Judo-Team Hannover
5. Nehle Majken Wakup, JC 66 Bottrop

### bis 57 kg:

1. Yara Slamberger, Judoclub Leipzig
2. Sophie Püchel, TB Wülfrath
3. Seija Ballhaus, TH Eilbeck
3. Theresa Fiedel, JFV Erfurt Die Mattenteufel
5. Lena Sophie Grulich, UJKC Potsdam
5. Anneliese Trappe, TSV Teisendorf

### bis 63 kg:

1. Mirjam Wirth, Judozentrum Heubach
2. Friederike Stolze, SV Halle
3. Viktoria Folger, Sportfreunde Kladow
3. Angelina Seibelt, UJKC Potsdam
5. Helene Foede, Judoclub Leipzig
5. Marie König, Velberter JC
7. Fabienne Püchel, TB Wülfrath

### bis 70 kg:

1. Marlene Galandi, UJKC Potsdam
2. Marlene Winter, JC Wiesbaden
3. Bertille Murphy, TSV Großhadern
3. Mareike Reddig, JC 71 Düsseldorf
5. Sarah Mehlau, SV Winnenden
5. Cheyenne Schneider, Sportclub Charis
7. Leonie Beyersdorf, JC Nievenheim

### bis 78 kg:

1. Anna-Monta Olek, Judo-Team Hannover
2. Raffaella Igl, TSV Abensberg
3. Hanna Rollwage, Sportclub Berlin
3. Elisabeth Pflugbeil, TSV Großhadern
5. Lilli Louise Wojta, Sport-Club Itzehoe
5. Jule Hempel, Asia Sport

### über 78 kg:

1. Laura Augustin, SC Weiche Flensburg
2. Hannah Schatten, Velberter JC
3. Lara Schurz, Judo-Club Obernburg
3. Moniek Reinicke, Sportclub Berlin
5. Melina Wien, DJK Adler 07 Bottrop
5. Leonie Singer, TV Einigkeit Waltrop
7. Marie Rettek, JJC Yamanashi Porz

## Männer U 21

### bis 55 kg:

1. Valentin Hofgärtner, Judoverein Nürtingen
2. Eugen Müller, JC 66 Bottrop
3. Luca Harmening, PSV Herford
3. Nic Asmalsky, Judo Sportverein Bernau
5. Lucas Kuttalek, Judo-Club Achental
5. Tommy Max Teichert, Judo Holzhausen

### bis 60 kg:

1. David Ickes, Budokan Lübeck
2. Alexander Wegele, 1. JC Mönchengladbach
3. Patrick Weisser, TuS Bad Aibling
3. Maximilian Standke, Kodokan Erfurt
5. Alexander Bimmermann, Kim Chi Wiesbaden
5. Alessio Murrone, Sport-Union Annen

### bis 66 kg:

1. Lennart Slamberger, Judoclub Leipzig
2. Yerrick Schriever, TH Eilbeck
3. Tristan Kuhlmann, Jahn Nürnberg
3. Nick Köhler, Judo-Team Hannover
5. Fabian Görner, 1. DJC Frankfurt am Main
5. Jano Rübo, SSF Bonn

### bis 73 kg:

1. Dennis Mauer, SV Berlin 2000
2. Nick Angenstein, SFV Europa
3. Mohammad Schwäbisch, TSV Großhadern
3. Luc Meyer, KSC Asahi Spremberg
5. Leonard Constantin, Erfurter JC
5. Jacob Pfeifer, PSV Weimar
7. Bastian Sauerwald, JC 66 Bottrop

### bis 81 kg:

1. Vladimir Stark, Kampf- und Kraftsport Karow
2. Tim Möller, SC Lotos Berlin
3. Tom Blechschmidt, JSC Stotternheim
3. Leon Schreder, Yama Arashi Herborn
5. Paul Schoch, JC 90 Frankfurt (Oder)
5. Elias Pracht, JC 90 Frankfurt (Oder)
7. Cevin Börgel, JG Ibbenbüren

### bis 90 kg:

1. Louis Mai, 1. Mannheimer JC
2. Johann Lenz, TSV Großhadern
3. Matteo Habermann, BC Randori Berlin
3. Kai Schmidt, VfL Sindelfingen
5. Davyd Bakakuri, JC Koriouchi Gelsenkirchen
5. Darius Röming, JC 90 Frankfurt (Oder)

### bis 100 kg:

1. Yvo Witassek, UJKC Potsdam
2. George Udsilauri, TSV Erbach
3. Nils Faßmann, JC Rüsselsheim
3. Marvin Belz, UJKC Potsdam
5. Jan Felix Herzog, Wedeler TSV
5. Simon Leuschen, JC Wiesbaden

### über 100 kg:

1. Losseni Kone, Sportclub Alstertal-Langenhorn
2. Jonas Schreiber, Sport-Union Annen
3. Lorenz Moor, PSV Olympia Berlin
3. Daniel Udsilauri, TSV Erbach
5. Vincent Cordes, Sportclub Berlin
5. Jonas Bode, JKG Diekholzen

## Neuer Olympia-Termin

Das Internationale Olympische Komitee (IOC) hat wenige Tage nach Absage der Olympischen Spiele für dieses Jahr, den neuen Termin bekanntgegeben. Die größte Sportveranstaltung der Welt soll nun vom 23. Juli bis 8. August 2021 stattfinden.

Der neue Termin wurde durch das IOC, die Stadt Tokio und den japanischen Staat bestätigt. Die im Anschluss stattfindenden Paralympischen Spiele sind vom 24. August bis 5. September 2021 geplant.

IOC-Präsident Thomas Bach: „Ich möchte den Verbänden für ihre einstimmige Unterstützung danken“. Der IOC-Präsident betonte weiterhin, dass „gemeinsam diese nie da gewesene Herausforderung gemeistert“ werde. Auch der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) reagierte positiv auf diese Meldung. „Mit der erfreulich schnellen Klärung des neuen Termins wird wertvolle Klarheit für alle Betroffenen geschaffen“, so DOSB-Präsident Alfons Hörmann.



## Maxime Lambert ist neuer NWJV-Verbandsarzt

Maxime Lambert aus Köln ist neuer Verbandsarzt des NWJV. Der 31-jährige frühere Deutsche Juniorenmeister befindet sich derzeit als Assistenzarzt in der Facharztweiterbildung in der Orthopädie und Unfallchirurgie.

Seine größten internationalen Judo-Erfolge waren fünfte Plätze bei den Junioren-Welt- und Europameisterschaften 2008. In der Judo-Bundesliga kämpfte Lambert für seinen Heimatverein Judo in Holle.

## Stefan Wernecke neuer Bundes-A-Kampfrichter

Stefan Wernecke aus Hennef hat bei den Deutschen Meisterschaften der Frauen und Männer unter 21 Jahren in Frankfurt (Oder) seine Prüfung zum Bundes-A-Kampfrichter erfolgreich bestanden.

Die Kampfrichterkollegen aus Nordrhein-Westfalen gratulieren (von links): Hans-Werner Krämer, Stefan Wernecke, Karsten Labahn, Astrid Behrla, Efkan Dink und Panajotis Papadopoulos.

**Foto: Falk Scherf**



Viele Frauen waren  
in diesem Jahr in  
Bochum am Start



# Volles Haus in Bochum

## Teilnehmerrekord trotz Terminverschiebung

Die Polizei Sportvereinigung Bochum richtete traditionsgemäß den Senioren-Cup in Bochum aus. Diesmal waren die Vorzeichen für die Ausrichtung nicht optimal. Wegen zwei internationalen Jugendturnieren musste der Ausrichter den Termin für die Veranstaltung mangels Kampfrichter um einen Monat nach vorne verschieben. Zudem richteten zwei weitere Vereine (u.a. in Berlin) genau zu diesem Termin ebenfalls Ü30-Turniere aus. Ganz aktuell sorgte zusätzlich die „Viruswelle“ für Unsicherheit. Die Stadt Bochum stellte mehrere Anfragen aus dem Krisenstab an den Ausrichter bezüglich des Turniers.

Trotz aller widriger Umstände trafen sich 23 Frauen und 97 Männer aus insgesamt acht Bundesländern und dem Titelverteidiger aus den Niederlanden, Rob Kroonen, Delta Sportschule, in der Halle Harpener Heide in Bochum und sorgten für einen neuen Teilnehmerrekord. Besonders erfreulich war, dass so viele Frauen am Start waren. Deshalb konnten die Kämpfe erstmals in beiden Altersklassen durchgeführt werden. Positiv kam auch die Einführung der Altersklasse Ü57 bei den Teilnehmern an. Beide Altersklassen, Ü50 sowie Ü57, waren gut besucht. Beide Wettkampfgruppen, es gab versetzte Waagezeiten, konnten sich nach knapp zweieinhalb Turnirstunden nach Waageabschluss über die Siegerehrung freuen.

Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer gingen gut vorbereitet in das Turnier, so dass es zu keinen nennenswerten Verletzungen kam. Erstmals nahm der SF Blau-Weiß Marburg am Senioren-Cup teil und stellte mit zehn Kämpfern das größte Vereinskontingent. Zudem waren aus Marburg auch Kämpfer mit Sehbehinderung nicht nur erfolgreich auf der Judomatte, sondern auch spät abends mit vielen anderen Judokas im Bermudadreieck in Bochum unterwegs.

Rob Kroonen aus den Niederlanden konnte seinen Titel aus dem Vorjahr verteidigen und erhielt zusätzlich vom Ausrichter einen Technikerpokal. Seine Kämpfe dauerten zwischen acht und zwölf Sekunden. Manfred Zöllner, Dauergast in Bochum, konnte sich in der hart umkämpften Gewichtsklasse Ü57 bis 82,4 kg durchsetzen.

Unter den Veteranen in Bochum waren auch wieder ehemalige Bundesligakämpfer, aber auch viele Kyu-Träger, u.a. mit gelbem Gürtel. So manch einer konnte auch schon Medaillen bei Europa- und Weltmeisterschaften vorweisen. Hier sorgte so mancher „Underdog“ für eine Überraschung. Das „familiäre Umfeld“ bei der Polizei Sportvereinigung Bochum garantierte eine entspannte Atmosphäre, so dass sich schon viele (alle?) auf den Senioren-Cup 2021 in Bochum freuen.

Jürgen Wagner

### Veteranen-DM abgesagt

Die für den 9. und 10. Mai 2020 in Duisburg terminierten Deutschen Meisterschaften der Veteranen mussten leider aufgrund der Coronavirus-Pandemie abgesagt werden. Der Deutsche Judo-Bund und der Ausrichter werden zu gegebener Zeit prüfen, ob diese Meisterschaften im zweiten Halbjahr noch nachgeholt werden können.

**Frauen Ü30: -68,8 kg:** 1. Tina Heusterberg (SF Blau-Gelb Marburg), 2. Sandra Skala (TVE Waltrop), 3. Lina Weers (JC Banzai Gelsenkirchen) und Gianna Häuseler (TVE Waltrop). **-75 kg:** 1. Jessica Eschenauer, 2. Alina Eschenauer (beide JC Bad Ems), 3. Linda Scheidt (JC 66 Bottrop) und Julia Drinhaus (TV Brilon). **-112,9 kg:** 1. Nina Lorschbach (TVE Waltrop), 2. Carina Horlacher (TSV Bayer 04 Leverkusen).

**Frauen Ü40: -57,7 kg:** 1. Anke Heidrich (Heringsdorfer Judoverein), 2. Ines Thiele (Mettmann Sport), 3. Anja Schrey (JC Kempen). **-60,8 kg:** 1. Katja Küchenmeister (VfK Bau Rostock), 2. Anita Sprenger (JC Arashi Dresden), 3. Natica Gulich (JC Wermelskirchen). **-72,6 kg:** 1. Andrea Haarmann (JK Hagen), 2. Ramona Eibach (BC Betzdorf), 3. Monika Burghardt (JC Koriouchi Gelsenkirchen). **-81,3 kg:** 1. Helena Siganshin (TV Brilon), 2. Dominique Plewe (TuS Borkum), 3. Kerstin Salhiu-Müseler (JC Koriouchi Gelsenkirchen).

**Männer Ü30: -73 kg:** 1. Nicolaj Kim (JC Bad Ems), 2. Rodion Munshau (PSV Bochum), 3. Folrian Müller (TV Attendorn) und Fabio Ostermann (TV Freudenberg). **-81 kg:** 1. Fabian Dargel (BG Senshu Emmerich), 2. André Föbus (JC Banzai Gelsenkirchen), 3. Robert Maguire (Dortmunder BSV) und Hamed Rafie (BG Senshu Emmerich). **-90 kg:** 1. Michael Grieb (Judo-Team Holten), 2. Julian Zama (Dortmunder BSV), 3. Marius Frantzen und Matthias Hoffmann (beide Dünwaldener TV).

**Männer Ü35: -66 kg:** 1. Christian Heusterberg (SF Blau-Gelb Marburg), 2. Sebastian Bittenbinder (1. SC Lippetal), 3. Timo Stallmann (ESV Olympia Köln) und Matthias Feldt (JF Siegen-Lindenberg). **-73 kg:** 1. Andreas Minh Luu (1. Essener Judoclub), 2. Abdelhafid Zentar (BC Kamp-Lintfort). **-81 kg:** 1. Martin Fink (1. BC Eschweiler), 2. Mark Brexeler (JC Holzwickede), 3. Martin Hauschild (BC Kamp-Lintfort). **+90 kg:** 1. Christian Behntke (TV Attendorn), 2. Marcel Drubba (JC Wermelskirchen), 3. Jan Große-Beckmann (JC Velen-Reken) und Marc Spohr (JC DJK Essen-Frintrop).

**Männer Ü40: -73 kg:** 1. Hristos Karakizlis (SF Blau-Gelb Marburg), 2. Anatolij Steinbock (MSV Duisburg), 3. Alexander Kasper (GWD Minden). **-81 kg:** 1. Till Immich (JC Banzai Gelsenkirchen), 2. Eugen Denneg (TSV Viktoria Mühlheim), 3. Hermann Krist (Selmer Judo Club) und 3. Markus Tefert (BC Kamp-Lintfort). **-90 kg:** 1. Viktor Kamerzel, 1. BC Eschweiler, 2. Sebastian Anson (SF Blau-Gelb Marburg), 3. Marco Höger (JC Koriouchi Gelsenkirchen) und Karsten Sewczyk (DSC Wanne-Eickel). **+90 kg:** 1. Alain Menghe (JC Wiebaden), 2. Sascha Scholz (TG Wiesmore), 3. Alexander Fladt (GWD Minden) und Lars Grimm (Mettmann Sport).

**Männer Ü45: -66 kg:** 1. Michael Machado (1. JC Mönchengladbach), 2. Jörg Götz (TV Attendorn), 3. Stefan Brinkwirth (Soester TV). **-73 kg:** 1. Eduard Kutzke (PSV Herford), 2. Witali Rasguljaew (Soester TV), 3. Alexander Schütz (JC Pelkum-Herringen). **-81 kg:** 1. Michael Weyres (TSV Bayer 04 Leverkusen), 2. Axel Müller (Brühler TV), 3. Matthias Oppel (SF Blau-Gelb Marburg) und Thomas Freund (Samurai Dinslaken). **-90 kg:** 1. Denis Schröder (Mettmann Sport), 2. Frank Kitscha (JV Hohe Mark Wulfen), 3. Michael Esser (SF Blau-Gelb Marburg) und Markus Schnitzler (Rot Weiß Koblenz).

**Männer Ü50: -71,8 kg:** 1. Torsten Schwalbe (Judoverein Dresden), 2. Eyke Ehrenberg (Braunschweiger JC), 3. John Kosmalla (Schmalkalden) und Arkadius-Josef Dawid (1. JJC Dortmund). **-82,4 kg:** 1. Antonio Pirrello (Brühler TV), 2. Uwe Blankenberg (JKC Rostock), 3. Jurij Nelde (Rot Weiß Koblenz) und Masoud Amerian (Dortmunder BSV). **-90,9 kg:** 1. Stefan Struckmeier (PSV Herford), 2. Olf Westphal (SF Blau-Gelb Marburg), 3. Tom Dederichs (JC 71 Düsseldorf) und Frank Hannig (JC Banzai Gelsenkirchen). **-103 kg:** 1. Peter Swierkos (Dortmunder BSV), 2. Thomas Mann (ESV Olympia Köln), 3. Andreas Schaffeld (PSV Herford) und Guido Luhmann (1. SC Lippetal).

**Männer Ü57: -69,5 kg:** 1. Rudolf Czempik (MSV Duisburg), 2. Heiko Köcher (JSV Werda), 3. Bernd Reifers (PSV Gelsenkirchen) und Roland Scheitner (ESV Olympia Köln). **-75,5 kg:** 1. Markus Rohde (SC Bayer 05 Uerdingen), 2. Markus Swierkot (Sportschule Kustusch), 3. Wolfgang Sondermann (SSV Gristede) und Marcus Eichholz (JC Banzai Gelsenkirchen). **-82,4 kg:** 1. Manfred Zöllner (BG Senshu Emmerich), 2. Christian Rhode (SF Blau-Gelb Marburg), 3. Helmut Lercher (TSV Meßstetten) und Dieter Degenhart (1. BC Eschweiler). **-95 kg:** 1. Jürgen Werdecker (1. JJC Dortmund), 2. Klaus Peter Loch (Schmalkalden), 3. Riccardo Bacchini (SF Blau-Gelb Marburg).



## Erich Lücking verstarb im Alter von 79 Jahren

Vorrangig war sein Leben durch den Judosport bestimmt. Als aktiver Judoka nahm er an drei Deutschen Meisterschaften teil. Der Deutsche Judo-Bund zeichnete ihn für sein Engagement insbesondere als erfolgreicher Trainer bis hin zur Landesebene mit dem 6. Dan aus. Am 2. März verstarb Erich Lücking im Alter von 79 Jahren.

Nach ersten Kontakten zur Partnerstadt Halluin engagierte sich Lücking im deutsch-französischen Freundeskreis, dem er lange Jahre als 2. Vorsitzender zur Verfügung stand und von dem er die Ehrenmitgliedschaft erhielt. Seine Arbeit wurde in Halluin durch die Verleihung einer Ehrenmedaille und in Erkenschwick mit der Goldenen Ehrennadel besonders anerkannt. Auch wegen seiner längjährigen Tätigkeit im Stadtsportverband als 2. Vorsitzender und als erfolgreicher Trainer der Mannschaften zu den „Spielen der Freundschaft“ wurde Lücking zum Ehrenmitglied des SSV ernannt.

Im NWJV war er von 1981 bis 1990 als Stützpunkttrainer im Leistungszentrum Witten tätig sowie als Staffelleiter der Westfalenliga Münster und von 1987 bis 1998 als Bezirksfachwart Münster. Nach mehr als 50-jähriger Tätigkeit zog sich Lücking nach und nach aus den verschiedenen Aufgaben zurück, stand aber trotzdem allen Bereichen und ganz besonders „seiner“ Judoabteilung, hier war er Ehrenvorsitzender, sowie dem KSV 20 Erkenschwick als Ehrenmitglied mit Rat und Tat zur Verfügung.

ISSN 0948-4124		<b>Bestellschein</b>	
 <p>An den Dachverband für Budotechniken Nordrhein-Westfalen e.V. Geschäftsstelle Postfach 10 15 06 47015 Duisburg</p>	Bitte schicken Sie den „Budoka“ ab Monat _____ an nachfolgende Adresse. Ich/wir bezahle/n für 10 Ausgaben im Jahr 35,00 € / bei Bankeinzug 30,00 € (inkl. Versand). Bezugsjahr ist das Kalenderjahr. Das Abo läuft automatisch weiter, wenn es nicht mindestens sechs Wochen vor Ende des Bezugsjahres schriftlich gekündigt wird. Einzelhefte können zu einem Preis von 4,50 € (inkl. Versand) bezogen werden.		
	Name:		Vorname:
	Straße/Hausnr.:		
	PLZ:		Wohnort:
	E-Mail:		
	Datum/Unterschrift		
	Den „budoka“ bezahle/n ich/wir per Bankeinzug (jährlich) und erteile/n folgendes SEPA-Lastschriftmandat. Die Mandatsreferenz-Nr. und der Fälligkeitstermin werden Ihnen rechtzeitig vor dem ersten Einzug mit Rechnungslegung mitgeteilt. Ich/wir ermächtige/n den Dachverband für Budotechniken Nordrhein-Westfalen e.V. (DVB NW), Friedrich-Alfred-Str. 25, 47055 Duisburg (Gläubiger-Identifikationsnummer: DE08ZZZ00000346018) Zahlungen von meinem/unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise/n ich/wir mein/unser Kreditinstitut an, die vom DVB NW auf mein/unser Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich/wir kann/können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem/unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.		
	Kontoinhaber:		
	Anschrift des Kontoinhabers:		
	IBAN:		
	BIC:		
	Geldinstitut:		
	Datum/Unterschrift des Kontoinhabers		
<b>Widerrufsrecht:</b> Mir/uns ist bekannt, dass ich/wir diese Bestellung innerhalb von 14 Tagen (Poststempel) nach Datum der Bestellung schriftlich beim Dachverband für Budotechniken NW e.V. widerrufen kann/können.			
Datum/Unterschrift			





Martin Drechsler mit der Fußball-Auswahl

# Judo und Fußball

Der NWJV zu Gast beim Fußballverband Mittelrhein (FVM)

3.3.2020 - Sportschule Hennef, für viele Judokas der Ort der NWJV-Sommerschule und des NWJV-Talentcamps. Jetzt waren die Judokas zu Gast beim Fußballverband Mittelrhein. Ein Training beim U 15-Lehrgang des FVM.

Die beiden Jugendbildungsreferenten des Mittelrheinischen Fußballverbandes Oliver Zeppenfeld und des Nordrhein-Westfälischen Judoverbandes Erik Goertz, die sich seit Jahren aus zahlreichen Fortbildungen kennen, verabredeten diesen Termin.

## Robert Lewandowski hat Judo gemacht

Erik Goertz: „Wir sind auf diese Idee gekommen, weil es bei Ajax Amsterdam seit Jahren ein Projekt gibt, bei dem alle Nachwuchsfußballer einmal pro Woche Judo machen. Und die waren 2019 mit acht Eigengewächsen im Finale der Champions League. Außerdem hat der aktuell beste Stürmer in der Fußball-Bundesliga Robert Lewandowski in seiner Kindheit Judo gemacht.“

Als Referent zeigte der ehemalige Landes- und Stützpunkttrainer Martin Drechsler einen Einblick in den Judo-Sport. Koordinationsübungen, Beweglichkeit, Zweikampfspiele, Fallübungen, Vermittlung der ersten Techniken und am Ende kämpfen, die FVM-Kader hatte sichtlich Spaß an der Einheit. Sein Eindruck: „Ich denke, Fußballer können von Judo profitieren: Robustheit und Gleichgewicht im Zweikampf, Körperbeherrschung und Orientierung in der Luft und am Boden, und die koordinativen Fähigkeiten machen den Fußballer stärker.“

Oliver Zeppenfeld: „Vereinzelt fördern leistungsorientierte FVM-Fußballvereine mit Judo-Einheiten bereits die motorische Entwicklung von jungen Nachwuchsspielern. Dieser Ansatz ist aus der Perspektive der Talentförderung gut. Sofern junge Fußballer eine weitere Sportart ausüben möchten, ist der Judo-Sport aus meiner Sicht eine sinnvolle Ergänzung!“

Ziel der beiden Verbände ist es nun Kooperationen vor Ort herzustellen. In NRW gibt es bereits solche Kooperationen zwischen Viktoria Köln und dem Mülheimer TV, Rot-Weiß Oberhausen und Judo-Team Holten sowie Rot-Weiß Essen und der JKG Essen.

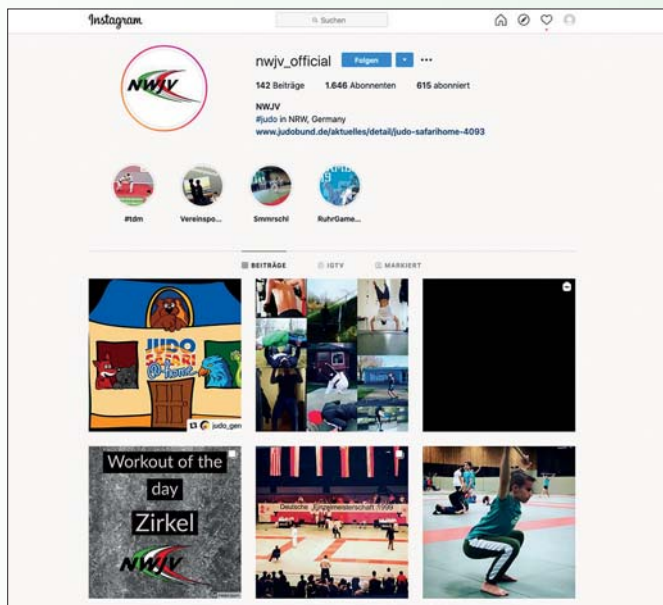
Fußball- und Judovereine können sich bei Interesse jeweils beim Landesverband melden.

„Fußballer können von Judo profitieren“



Die beiden Jugendbildungsreferenten Oliver Zeppenfeld (FVM) (rechts) und Erik Goertz (NWJV)

# Der NWJV in den Sozialen Medien



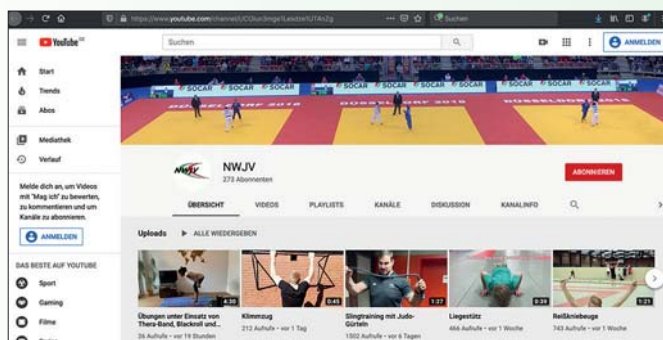
Neu bei Instagram!

[www.instagram.com/nwjv\\_official/](http://www.instagram.com/nwjv_official/)



Facebook

[www.facebook.com/judoverband](http://www.facebook.com/judoverband)



YouTube

[www.youtube.com \(NWJV\)](http://www.youtube.com/NWJV)

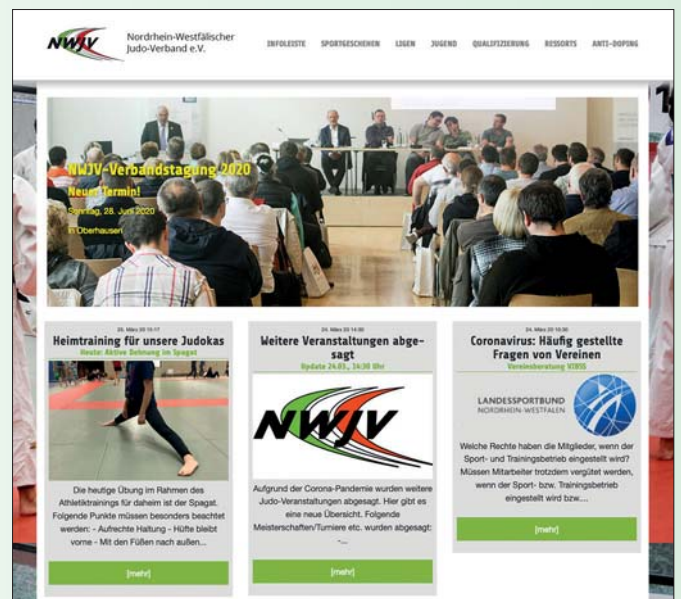
# NWJV-Newsletter - schon abonniert?

Zur Bestellung des NWJV-Newsletters einfach eine E-Mail an [newsletter@nwjv.de](mailto:newsletter@nwjv.de) schicken!

Der NWJV-Newsletter erscheint immer zur Monatsmitte. Alle bisherigen Newsletter finden Sie auf der NWJV-Webseite [www.nwjv.de](http://www.nwjv.de) unter Infoleiste/Newsletter.



# Die NWJV-Webseite



[www.nwjv.de](http://www.nwjv.de)

## Prüfung auf der Burg

Viele Stunden mussten die Dan-Aspiranten aushalten, bis sie die erlösenden Worte hörten: „Ihr habt alle bestanden!“. Auf der Wewelsburg fand die alljährliche Dan-Prüfung mit zehn Teilnehmern statt.

Der Prüfung auf der Wewelsburg geht traditionell der einwöchige Lehrgang voran. Eine Chance für Judokas, die keine Zeit für ein wöchentliches Training plus Vorbereitungslehrgänge haben, um den nächsthöheren Dan zu erlangen. Zehn Judokas waren dafür in diesem Jahr angetreten. Von den Referenten wurden sie sowohl auf die Kata wie auf das Restprogramm vorbereitet – mit Erfolg.

Auch wenn es an einigen Ecken und Kanten noch eine Stellschraube festzuziehen gab, konnten die Dan-Aspiranten letztendlich mit ihrer Gesamtleistung überzeugen. Es gibt nun mal bei jeder Prüfung diejenigen, die sich mit dem festen Konzept der Kata schwer tun, gerade weil es hier keine Möglichkeit zur Wiederholung gibt. Die Kandidaten können dann aber oft noch mit dem Restprogramm das Ruder rumreißen. Bestanden haben:

**zum 1. Dan:** Harald Becherer, Kevin Busch, Wolf Meergans, Holger Overfeld, Jan-Peter Müller und Marco Stendel;

**zum 2. Dan:** Hannah Brankers und Maria Katharina Schröder;

**zum 3. Dan:** Martin Dodd und Isabel Schuldt.

Die Prüfer: Heinz Aschhoff, Rainer Andruhn und Heinz-Georg Berndt.

**Text:** Silke Schramm  
**Foto:** Wolfgang Thies



## Tatort Münster

In der nigelnagelneuen Turnhalle in Münster-Wolbeck waren elf Judokas zu ihrer Dan-Prüfung angetreten. Neu waren dann auch die Dan-Grade, die sie alle am Ende des Tages beurkundet bekamen.

Die drei Prüfer freuten sich auf ein abwechslungsreiches Programm, als das erste Prüfungsfach startete. Drei Aspiranten zum ersten, vier zum zweiten, drei zum dritten und ein Anwärter zum vierten Dan zeigten, was sie die letzten Wochen und Monate gelernt hatten. Ob Nage-no-kata, Katame-no-kata, Nage-waza-ura-no-kata oder Ju-no-kata, mussten alle Teilnehmer ihre erwartungsgerechte Leistung abrufen. Leider schlich sich hier und da Nervosität ein, weswegen die Kata nicht ganz so gelingen wollte, wie geplant. Doch Unsicherheiten sollte man sich gerade jetzt, gerade hier nicht erlauben.

Nun hieß es, mit dem Restprogramm zu überzeugen, was dann auch gelang. So konnten alle die Prüfung zu bestehen:

**zum 1. Dan:** Julian Becker, Niklas Klappert und Bernd Cordesmeyer;

**zum 2. Dan:** Yannic Konrad, Dirk Krings, Dirk Neuhaus und Rieke Stening;

**zum 3. Dan:** Sven Dicke, Vanessa Kopperberg und Roman Petek;

**zum 4. Dan:** Oliver Fritsch.

Die Prüfer: Heinz Aschhoff, Werner Dermann und Michael Schwerts.

**Text und Fotos:**  
Silke Schramm



## Variationen Kreuzheben (Rumpfaufrichten) mit der T-Stange

### 1. Rumpfaufrichten Sumo-Stil

Im breiten Stand die Beine beugen, mit gestreckten Armen die T-Stange greifen, den Rücken leicht durchstrecken, Bauchmuskulatur anspannen, die Beine strecken und dabei den Oberkörper aufrichten. Mit gleicher Körperspannung die Hantel wieder auf den Boden ablegen.



3-5 Serien  
mit 6-10 Wiederholungen



Hier gibt es den Videoclip zu dieser Folge:

Die Folgen 1 bis 100 der Serie zum Krafttraining gibt es jetzt zum Download auf der NWJV-Webseite unter [www.nwjb.de/qualifizierung/materialien/](http://www.nwjb.de/qualifizierung/materialien/)

## 2. Rumpfaufrichten mit fast gestreckten Beinen

Mit leicht gegrätschten Beinen den Oberkörper mit geradem Rücken nach vorne beugen, die Stange mit beiden Händen umfassen und dann aus der Hüfte wieder aufrichten. Beim Aufrichten des Oberkörpers und des Beckens werden hauptsächlich der Gesäßmuskel und die Muskulatur der hinteren Oberschenkel gekräftigt.



## 3. Rumpfaufrichten einbeinig (Standwaage)

Aus dem aufrechten Stand, Knie leicht gebeugt, den Oberkörper mit gestreckter Wirbelsäule nach vorne neigen und dabei gleichzeitig ein Bein gestreckt nach oben bringen. Mit einer Hand die T-Stange fassen und den Oberkörper wieder aufrichten, bis die Ausgangsposition wieder erreicht ist. Fußspitze berührt kurz den Boden und dann direkt wieder absenken.



3-5 Serien  
mit 10-12 Wiederholungen



3-5 Serien  
mit 12-15 Wiederholungen



Gemeinsam bleiben wir fit. Sei dabei  
#nwjv  
#judoathome  
#hoemdojo  
#heimtraining



# #Judo





# Kampfkunst „live“

Sowohl der Judo-Sport mit den Kategorien Kata und Randori als auch die Kampfkünste Ju Jutsu, Jiu Jitsu und Taekwondo sowie aus dem Bujinkan das System Kendo bzw. Iaido, wurden vom Halterner Judo-Club (HJC), Judo Budo Club Marl und dem Taekwondo Club Haltern dem fachkundigen und interessierten Publikum in der Drusushalle vorgestellt.

Die Ü55-Gruppe des HJC hatte in Anlehnung an die Erinnerungen von Klaus Möwius „Mein Budo“ einen Aktionstag initiiert und gestaltet. Nach der durch den Halterner Judo-Club organisierten Lesung, in der die Memoiren von Klaus Möwius vorgestellt wurden, war klar, dass es erstrebenswert ist diese umfangreichen Erfahrungen der Kampfkünste des Klaus Möwius einem breiten Publikum näher zu bringen.

„Das Ziel des Aktionstages war es, über die vielfältigen Möglichkeiten der Budo-Kampfsportarten zu informieren“, so der Mitorganisator und Moderator der Veranstaltung Dieter Drees, selbst Ü55-Judoka des HJC. „Wir möchten das interessierte Publikum für diese Sportarten begeistern. Durch Budo besteht neben dem Sportlichen auch die Möglichkeit relevante soziale, emotionale und kognitive Gesetzmäßigkeiten zu erlernen. Wir wollen Lernbereitschaft wecken und lebendig halten.“

Neben vielen Dan Trägern konnten Wilhelm Höfken, ehemaliger DJB-Präsident und Ehrenpräsident des NWJV, 9. Dan Taekwondo, Präsident und Gründer des Traditionellen Deutschen Taekwondo Verbandes, Klaus Möwius, 7. Dan Judo, 8. Dan Jiu Jitsu, Hans Gondzik, 3. Dan Judo und Senioren-Weltmeister, Salvatore de Cicco, 6. Dan Taekwondo, Michael Hoffmann, 6. Dan Jiu Jitsu und Dieter Münnekhoff, 5. Dan Judo, beide Deutsche Meister und wiederholt Bronzemedallengewinner in der Koshiki no Kata, die Veranstaltung verfolgen bzw. mitgestalten.

Zu Beginn der Veranstaltung zeigte eine Kindergruppe unter Leitung des Nachwuchstrainers Jan Backmann verschiedenen Falltechniken. Bei den anschließend gezeigten Standtechniken wurde darauf geachtet, dass der Partner nicht ausgehoben werden musste. Zum Abschluss der Vorführung zeigten die Kinder bei den Haltegriffen unter anderem die Anwendung des Kuzure-kesa-gatame. Durch die Vorführungen wurde eine ausgezeichnete methodische Vorbereitung der Techniken verdeutlicht.



Yon Sin Kil, Salvatore de Cicco, Michael Hoffmann, Nina Feldmann, Dieter Drees, Klaus Möwius und Willi Höfken (von links nach rechts)



## Bruchtests mit verschiedenen Härtegraden

Die Zuschauer staunten nicht schlecht als der Taekwondo-Club Haltern in der Folge eine Einheit ihres Trainings vorstellte. Unterschiede zwischen Judo und Taekwondo wurden verdeutlicht. Durch seine dynamische Art sind die Techniken im Taekwondo sehr effizient. Taekwondo heißt „Weg der Hand- und Fußtechniken“ und den Kern bilden die vielen verschiedenen Fußtechniken, aber auch Schläge und Bruchtests gehören zum Trainingsprogramm. Der Trainer Salvatore de Cicco zeigte nach einem Aufwärmtraining mit seinem Team Verteidigungstechniken und eine Kata. Obwohl der Bruchtest zu den am wenigsten praktizierten Disziplinen des Taekwondo-Unterrichts gehört, zeigten die Taekwondo-Sportler Bruchtests mit verschiedenen Härtegraden. Durch diese Bruchtests wird die Fähigkeit geprüft, die erlernten Techniken mit den damit verbundenen notwendigen Kenntnissen umzusetzen. Die Effektivität der Darbietungen, die Schnelligkeit, Beweglichkeit und der Fitnessfaktor waren beeindruckend.

Nach einer kurzen Pause stellte der Judo Budo Club Marl Bujinkan vor. Bujinkan ist eine Kampfkunst, in der traditionelle Samurai- und Ninja-Prinzipien auf die heutige Zeit anwendbar gelehrt werden. Bei dem gezeigten Kendo ist es im Vergleich zu anderen Kampfkünsten oder Sportarten recht laut. Dies liegt daran, dass der Kendoka einen Schrei benutzt, um den Kampfgeist beim Schlagen auszudrücken. Die von den Kendokas gezeigten Kampftechniken umfassten sowohl Schläge als auch Stöße und Abwehrtechniken.

## Auf alle Situationen trainiert

Das anschließend mit einer Kata gezeigte Iaido ist ebenfalls eine japanische Kampfkunst. Sie wird mit dem Schwert ausgeführt und soll das Bewusstsein und die Fähigkeit verleihen, das Schwert schnell zu ziehen und auf einen plötzlichen Angriff zu reagieren. Die Sportler zeigten wie das Schwert mit sanften, kontrollierten Bewegungen verbunden, aus seiner Scheide gezogen, nach einem blitzartigen Schlag und imaginären Treffer ebenso kontrolliert und sanft wieder in die Scheide befördert wird. Die Faszination des Publikums wurde durch die Stille in der Sporthalle deutlich, die nur durch die pfeifenden Geräusche der Schwertbewegungen unterbrochen wurde. Eine beispielhafte phantastische Vorführung.

Michael Hoffmann und Dieter Münnekhoff zeigten eine Jiu Jitsu-Kata par excellence. Die Budokas führten das Publikum durch die Kunst des Jiu Jitsu. Der Sinn einer Kata ist grundsätzlich erst einmal das Erlernen von Technik. So boten die Deutschen Meister einen Überblick der Fallschule, Wurftechniken und Weiterführungstechniken, die je nach Widerstand und Gegentechnik des Angreifers, Anwendung finden. Das harte bzw. weiche Blocken oder Aufnehmen von Angriffen sowie das Ausweichen von Angriffen wurden demonstriert. Die Protagonisten zeigten die Anwendung von Griff-, Schlag- und Trittschritten auf empfindliche Körperstellen und Schmerzpunkte. Die Kata begeisterte das Publikum. Michael Hoffmann und Dieter Münnekhoff machten allzu deutlich, wie man auch mit fortschreitendem Alter Spitzensport betreiben kann. Eine Demonstration die zum Nachahmen anregte. Jiu-Jitsukas sind auf alle Situationen trainiert.



## Physikalische Grundlagen

Bei dem, was jetzt folgte, wurden bei dem 87-jährigen Klaus Möwius Erinnerungen wach. Da standen auf einmal Holzkörper als Trainingsmittel auf dem Tisch. Das ließ sich Klaus Möwius nicht nehmen. Während eines Lehrgang von Heinrich Frantzen, vor über 50 Jahren, drehte es sich in der Theorie um das Thema „Kosa dachi“ in Verbindung mit Kuzushi und das Gegenteil Kiba dachi. Übersetzt, Labile Stellung – Gleichgewichtsbruch und der feste Stand. So wie er es gelernt hatte, erklärte Klaus dem staunenden Publikum mit Hilfe der Holzkörper den Kippwinkel und die daraus resultierenden Gleichgewichtszustände. Durch das Anbringen eines Lots an den Körperschwerpunkt und der Verlagerung konnte er anschaulich das stabile, labile und gebrochene Gleichgewicht erklären. Mit Hilfe der Ü55-Judokas des HJC verdeutlichte er, das der Körperschwerpunkt innerhalb der Unterstützungsfläche bleiben muss um ein stabiles Gleichgewicht zu halten. Physikalische Grundlagen, ohne die auch heute ein Judoka nicht auskommt. Die Zufriedenheit konnte man dem Shihan ansehen.

Zum Abschluss der Veranstaltung zeigten Teilnehmer der Ü55-Gruppe des HJC mit ihrem Trainer Peter Koch einen kleinen Ausschnitt ihres sonntäglichen Trainings. Selbst Teilnehmer mit körperlichen Beeinträchtigungen finden sich regelmäßig zum Training ein. Gerade auf das notwendige Krafttraining im fortschreitenden Alter wird besonders geachtet. Die Bandbreite reicht vom Fitnesstraining über ein Judotraining bis hin zum Kampftraining. Mehrere Judokas legten im reifen Alter ihren 1. Dan ab. Teilnahmen an Meisterschaften der Senioren gipfelten in den Erfolgen von Hans Gondzik, der unter anderem Deutscher, Europa- und Weltmeister wurde.

Dieter Drees



Klaus Möwius erklärte mit Hilfe der Holzkörper den Kippwinkel und die daraus resultierenden Gleichgewichtszustände

## Förderung der Übungsarbeit in den Sportvereinen

Auch 2020 stellt die Staatskanzlei des Landes Nordrhein-Westfalen dem Landessportbund NRW Haushaltsmittel in Höhe von 7,56 Millionen Euro zur Förderung der Übungsarbeit in den Sportvereinen zur Verfügung.

Der Förderantrag kann noch bis zum 4.6.2020 digital über das Förderportal beim Landessportbund NRW eingereicht werden. Der Landessportbund NRW leitet die Fördermittel auf Antrag an die Sportvereine weiter.

## 1000x1000 - Anerkennung für den Sportverein im Jahr 2020

Die Staatskanzlei des Landes Nordrhein-Westfalen stellt dem Landessportbund NRW auch in diesem Jahr wieder Haushaltsmittel zur Förderung des Engagements der Sportvereine zur Verfügung. Der LSB leitet die insgesamt zwei Millionen Euro betragenden Fördermittel auf Antrag an die Sportvereine weiter.

Ein besonderes Augenmerk wird im Jahr 2020 auf den Förderungsschwerpunkt „Inklusion“ gelegt. Die ersten 500 Maßnahmen aus diesem Bereich werden - unabhängig vom allgemeinen Eingang der Anträge - vorrangig gefördert. Eine Antragstellung ist ab sofort möglich, die Förderanträge können direkt im Förderportal <https://foerderportal.lsb-nrw.de/startseite> des Landessportbundes NRW gestellt werden.

## IMPRESSUM

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

48. Jahrgang 2020

**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](mailto:info@budo-nrw.de)  
[www.budo-nrw.de](http://www.budo-nrw.de)

**Redaktionsleitung:** Erik Gruhn (verantwortlich)  
E-Mail: [Gruhn@budo-nrw.de](mailto:Gruhn@budo-nrw.de)

**Redaktionsschluss:** der 1. des Vormonats

ISSN 0948-4124

**Druck:**

SET POINT Medien GmbH  
Carl-Friedrich-Gauß-Str. 19  
47475 Kamp-Lintfort

**Anzeigenpreise:** Preisliste Nr. 6 vom 31.8.2017

**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 35,00 €

Bei Bankeinzug ermäßigt sich der Preis für das Jahresabonnement auf 30,00 € Bezugsgebühren werden jeweils für das Kalenderjahr erhoben.

Einzelheftpreis: 4,50 €

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 Einspeicherung und Verarbeitung in Datensystemen.



Landeslehrgang in Bad Godesberg

# Bodenkampf mit Marcel Vanderschaeghe

Der Landeslehrgang des Goshin-Jitsu Verbandes NRW fand in Bad Godesberg statt. Der Lehrgang wurde vom 1. Godesberger Judo Club ausgerichtet, wobei Günter Tebbe, Vorsitzender des GJV NW, die Leitung der Veranstaltung übernahm und Marcel Vanderschaeghe der praktizierende Referent war. Thematisch befasste sich Marcel mit dem Bereich „Bodenkampf“, wozu naturgemäß auch Verteidigungen aus der Bodenlage zählen.

Vor dem Training wurde zunächst Martin Stein (10. Dan), Ehrenvorsitzender des Verbandes, welcher einige Tage zuvor kurz vor seinem 96. Geburtstag verstorben war, mit einer Schweigeminute gedacht. Diese Ehr- und Trauerbekundung evozierte eine traurige, andächtige Stimmung, welche im Sinne des respektvollen Umgangs miteinander auch außerhalb des sportlichen Rahmens im Verein steht.

Im Anschluss wurden die Teilnehmenden dazu aufgefordert sich im Boden „warm zu rollen“, was dabei half die Gedanken im Rahmen der körperlich anstrengenden Kampfsimulationen auf den Sport und die dazugehörigen Abwehrmechanismen zu fokussieren. Auch hier versuchte der Referent die Teilnehmer aus eventuellen „Komfortzonen“ zu locken und diese zu motivieren seine Art des Kampfes (sinnhafter Vollkontakt inklusive Schlag- und Tritttechniken) mal auszuprobieren. Die Art des Trainings ist maßgebend für die Effektivität in einem realen Verteidigungsfall.

Nach der Aufwärmphase stellte der Referent kurz diverse Aufgabetechniken (sog. Submissions), wie z.B. Anzugwürger (Kata juji jime), Fußhebel oder Hara gatame vor. Dabei wurde erstmal davon ausgegangen, dass sowohl Verteidigende als auch Angreifende sich am Boden befinden. Die Submissions wurden von den Partizipierenden eifrig in Partnergespannen erprobt. So wurde eine gemeinsame Basis und Verständnis für das weitere Vorgehen geschaffen.

Der Lehrgangsschwerpunkt lag nicht im „Abfeuern“ von vielen Techniken in kürzester Zeit, sondern im Erarbeiten von Verteidigungskonzepten und Erlernen, Vertiefen und Festigen von grundsätzlichen Prinzipien im Bodenkampf bzw. Verteidigungssituation aus der Bodenlage. Es wurde zu Beginn kurz das Konzept der Zoneneinteilung (rot-gelb-grün), und dies aus Sicht des Verteidigers und des Angreifers, erläutert. Ebenso wurden die Teilnehmer öfters „genötigt“ sich kognitiv mit aufgezeigten Situation zu beschäftigen und Möglichkeiten zu finden. Zwischenfragen waren naturgemäß erwünscht und wurde so detailliert wie möglich beantwortet.

Im späteren Verlauf des Lehrgangs wurden zusätzlich Verteidigungen aus der Bodenlage gegen verschiedene Würger gezeigt, die im Folgenden von den Anwesenden nachvollzogen wurden und dies stets unter Berücksichtigung der gemeinsam erarbeiteten Prinzipien. So wurde zum Beispiel ein Würger zwischen den Beinen des Verteidigenden mit einem Genickdrehhebel beantwortet oder einem seitlichen Würgeansatz ein Seitstreckhebel entgegnet. Auch hier wurden anhand dieser einen Technik diverse Handlungsmöglichkeiten des Angreifers und die möglichen Reaktionsmöglichkeiten des Verteidigers beleuchtet. Des Weiteren wurden hilfreiche Bewegungsmuster im Boden geschildert. Hierzu zählt unter anderem die „Shrimp“-Bewegung (Ausweichbewegung im Boden), mit deren Hilfe die Partizipierenden sich aus dem Haltegriff Mune gatame befreien mussten. Die Beine sind mitunter am wichtigsten, um Abstand vom Angreifenden halten zu können und es ist grundsätzlich sinnvoller die Extremitäten einzuklemmen und nicht zu greifen, um den Gegner oder die Gegnerin gleichzeitig kontrollieren zu können und dabei schlagbereit zu bleiben.



Im Falle einer Verteidigungssituation kann es allerdings auch zu der benachteiligten Lage kommen, dass eine Person sich vor einem noch stehenden Angreifenden schützen muss. Die Teilnehmenden übten sich in diesem Kontext an Verteidigungen gegen Tritte zum Kopf. Auch hierauf hatte Marcel eine Vielzahl an Verhaltenstipps parat: Nach Möglichkeit solle der Angreifende mit einer kleinen, engen, seitlichen Verteidigungsposition am Boden im Zaum gehalten werden. Außerdem wurde das Prinzip sich aus der Trittbewegung heraus- und nicht in aktiver Manier hineinzubewegen, um vermeintlich zu

blocken, beleuchtet. Die Teilnehmenden übten sich in diesem Kontext an Verteidigungen gegen Tritte zum Kopf.

Neben der konkreten theoretischen Wissensvermittlung in Verbund mit anschließenden Übungsphasen, referierte Marcel auch über übergreifende Hintergründe und Mechanismen des Selbstverteidigungssystems, wie beispielsweise die Bedeutung von „Ju“ im „Ju-Jitsu“, die keineswegs mit dem wörtlichen „weich“ gleichzusetzen, sondern eher als facettenreiches „flexibel“ zu verstehen sei. Im Zuge dieses theoriebezogenen Teils wurde auch das „Kennen, Können und Beherrschen“ einer Technik unterschieden, um aufzuzeigen, dass das Meistern einer Technik in verschiedenen Stufen abläuft. Wie schon zu Beginn erläutert, wurde der Schwerpunkt nicht auf Technikanzahl, sondern auf Grundprinzipien gelegt, welche dann mit Techniken eines jeden einzelnen umgesetzt werden konnten.

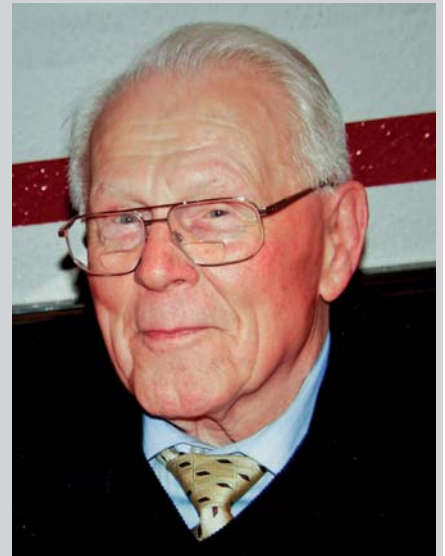
Trotz des traurigen Starts der Veranstaltung wurde dennoch viel gelacht und es herrschte eine recht gelöste Stimmung, in der alle Beteiligten konzentriert und beherzt miteinander trainierten, so dass der Lehrgang sehr informativ und produktiv vonstatten gehen konnte und als äußerst gewinnbringend verbucht werden kann.

**Gerriet Scheben**



## Wir trauern um Martin Stein

Martin Stein wurde am 28. Februar 1924 in Köln geboren. Er schief am 27. Februar, einen Tag vor seinem 96. Geburtstag, friedlich ein. Während des Krieges war er bei der deutschen Marine Maschinist in einem U-Boot. Nach dem Krieg ging er zur Polizei. Dort lernte er auch dann „seinen“ Sport Judo kennen und lieben. Er war mehrfacher westdeutscher Polizei-Judo-Meister.



Martin fand auch seine Erfüllung in der Selbstverteidigung. Hier war er im Vorstand des Nordrhein-Westfälischen Ju-Jutsu Verbandes. 1983 gründete er mit Alfred Hasemeier, Rolf Jürgen Krutwig, Heinz Günter Tebbe, Alfred Geuer, Kurt Fuchs, Richard Schneider und anderen den Goshin-Jitsu Verband NRW. Er war als Referent für das Prüfungswesen tätig und war auch als Berater für den Verband unterwegs. Egal, wo er sich einbrachte, Martin Stein war eine Persönlichkeit, die man kannte.

Der Verband verliert mit ihm ein treues Mitglied und einen Freund. Seinen Angehörigen sprechen wir unser aufrichtiges und herzliches Beileid aus. In unseren Gedanken wird er immer bei uns sein.

**In stiller Trauer  
Goshin-Jitsu Verband NRW e.V.**



Der Verteidiger (V) steht dem Angreifer (A) in Verteidigungsstellung gegenüber und hat den Gehstock mit beiden Händen waagrecht vor dem Körper gehalten.



Durch einen kreisförmigen beidhändigen Block mit dem unteren Stockende wird der Schlag geblockt ...



... und in einer Kreisbewegung nach unten weitergeführt.

# Hapkido Technik

## Abwehr eines Faustschlages mit dem Gehstock



Auf Oberschenkelhöhe wird der Krückstock vor das rechte und hinter das linke Bein des A gelegt (Bild 4). Gleichzeitig tritt V mit seinem rechten Fuß auf den vorderen Fuß des A und blockiert diesen dadurch (Bild 5). Mit einem Schritt links vorwärts und Druck des Stockes auf das rechte und hinter das linke Bein wird A nach hinten geworfen (Bilder 6 und 7).





Denis Heinrich



Theorie

## Kyu-Lehrgang mit Denis Heinrich beim TV Hohenlimburg

Denis Heinrich (4. Dan Jiu Jitsu) hielt einen Lehrgang zum Thema „Abwehren aus der Prüfungsordnung (PO) des DJJB - Schwerpunkt: Der erste Moment in der Abwehr“ im Dojo des TV Hohenlimburg. Trotz des Karnevalswochenendes war der Lehrgang mit sehr motivierten Teilnehmenden aus ganz NRW gut besucht.

Zum Aufwärmen und Kennenlernen wurde mit speziell gepolsterten Schlägern spielerisch geübt, wie sich die Nutzung der Waffe anfühlt. Die Teilnehmenden nutzten gerne die Möglichkeit, Angriffe intensiver zu üben, da die speziellen Schlagstöcke Verletzungen nahezu ausschließen. So wurden die erst zaghaft ausgeführten Angriffe immer mutiger und intensiver, was sehr schweißtreibend war und zugleich viel Spaß machte. Ziel dieser Übung sollte sein, die Angriffe möglichst realistisch auszuführen. Dies ist enorm wichtig, weil der Verteidiger eine Technik nur gut üben und realistisch umsetzen kann, wenn der Angriff ebenfalls realistisch ausgeführt wird. Angreifen und Abwehren verhalten sich hier wie Yin und Yang. Der Angriff geht in die Abwehr über, Tori und Uke wechseln sich ab. Somit müssen bei beiden das Gefühl und das Wissen über Angriff und Abwehr in ausgeprägter Form vorliegen. Aus diesem Grund wurde hiernach konkret das Blocken der intensiven Angriffe geübt. Dieses Wissen wurde im Anschluss in unterschiedlichen Techniken zu verschiedenen Angriffen angewendet.

In Gruppenarbeiten wurden die wichtigsten Punkte in kurzen Theorieblöcken erarbeitet. Themen waren hier Distanzangriffe, Kontaktangriffe, Waffenangriffe und die Umsetzung im „Kreis“, in dem Abwehrtechniken zur Anwendung kommen, in dem Uke von Tori bzw. von mehreren Angreifern umringt und im Uhrzeigersinn nach Angabe von Technikgruppen oder frei angegriffen wird. In kurzen Sequenzen konnten die Ergebnisse der Gruppenarbeiten in die Praxis umgesetzt und Feinheiten herausgearbeitet werden. Es wurden auch ungewöhnliche Wege gegangen, indem z.B. ein Gegenstand zur Verwirrung des Angreifers genutzt wurde. All dies dient der Ausbildung unserer Jiu-Jitsukas, kann aber auch in einer Situation der Notwehr von großem Nutzen sein.

Die Lehrgangsteilnehmerinnen und -teilnehmer hatten viel Spaß und konnten viele neue Anregungen mitnehmen, die gewinnbringend im eigenen Training verwendet werden können. Die Jiu Jitsu-Abteilung des TV Hohenlimburg bedankt sich herzlich bei Denis Heinrich für diesen sehr interessanten und spannenden Lehrgang.

Text: Sonja Goebel  
Fotos: Katrin Dressler



An der Wand

## 6. Dan für Peter Pölling

Im Rahmen des Dan-Vorbereitungslehrgangs wurde Peter Pölling mit dem 6. Dan geehrt. Peter ahnte wohl schon, dass irgendetwas im Busch zu sein scheint, denn zum Angrüßen erschienen plötzlich mehrere Weggefährten und Vertreter seines Vereins DJK Coesfeld sowie der lokalen Presse. Dass es sich dann aber um eine solche Anerkennung für seine Arbeit, die er meist nicht im Rampenlicht, sondern im Hintergrund geleistet hat, handeln sollte, hatte ihn doch „kalt erwischt“. So fiel es ihm auch während des Lehrgangs immer wieder schwer, zu realisieren, dass er diesen nun als Träger des 6. Dan referierte. Peter, Du wirst Dich dran gewöhnen! Auch auf diesem Wege die herzlichsten Glückwünsche für die verdiente Graduierung!

Michael Maas



## Messer von A bis Z

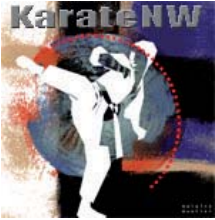
Messer von A bis Z – so lautete das Thema des Bezirkslehrganges in Littfeld. Zu Beginn begrüßte Bezirksvertreter Frank Zimmermann den Referenten Jochen Heinbach (2. Dan) vom TV Eichen und die 32 Teilnehmer aus ganz NRW. Jochen, der auch beruflich mit Messern und anderen Waffen zu tun hat, hielt zu Beginn einen kurzen Vortrag über erlaubte und verbotene Messer sowie die Auswirkungen der unterschiedlichen Klingen in ihrem Schnittverhalten.

Anschließend ging es in den praktischen Teil des Lehrgangs. Hier fing Jochen mit den Angriffswinkeln 1 und 2 (diagonal von oben innen und außen) an und demonstrierte verschiedene Abwehrtechniken, die eifrig trainiert wurden. Immer wieder zeigte Jochen, worauf es ankommt, egal ob das Messer in Messer- oder Dolchhaltung gehalten wurde.

Leider ging der Lehrgang viel zu schnell zu Ende und Jochen wurde mit großem Applaus verabschiedet. Danke für den klasse Lehrgang!

Ju-Jutsu Team Littfeld





# Chiefinstructor Hideo Ochi feiert seinen 80. Geburtstag

**S**amstag, 29. Februar 2020 gegen 14:00 Uhr. Hideo Ochi wagt einen Blick durch die Tür der Rundsporthalle in Bochum. Ein stolzes Lächeln schimmert durch seinen Rauschbart, als er sieht, wer alles gekommen ist. Über 400 Karatekas aus ganz Deutschland: Schwarz- und Braungurte. Die Halle, in der locker zwei Linienflugmaschinen Platz gefunden hätten, ist bis zum Anschlag gefüllt mit Athleten in blütenweißen Gis. Vorhin haben sie noch Zukis in die Luft gestoßen, jetzt blicken sie alle gemeinsam auf das Geburtstagskind, dem sie ihre Karate-Karriere zu verdanken haben.

Ochi betritt die Halle und beugt seinen Oberkörper zu einem Gruß, was dazu führt, dass ein enthusiastischer, minutenlanger und donnernder Applaus losbricht. Die Euphorie ist ansteckend: Hideo Ochi bedankt sich mit einem Lachen, das in der ganzen Halle zu hören ist. Es war sein Geburtstagswunsch, dass all seine Schüler das machen können, was ihm schon sein Leben lang am Herzen liegt: Karate studieren und dabei Spaß haben.

Für Shihan Ochis Lehrgang ist extra ein Mann aus Tokio angereist. Tatsuya Naka, JKA-Instructor und einer der populärsten Karatekas der Welt. Über 9.000 Kilometer Weg hat er auf sich genommen. Vom legendären JKA-Hauptquartier bis nach Bochum. Naka ist unglaublich beliebt, nicht zuletzt wegen seiner Turnierfolge, Spielfilme und Karate-Dokumentationen. Den ganzen Tag trainiert er Ochis Schützlinge und ruft sie immer wieder in einem Kreis um sich zusammen: „Die Gravitation ist die stärkste Kraft der Erde – und die wollen wir nutzen!“ ruft er in die Runde, um dann mit einem explodierenden Zenkutsu Dachi nach vorne zu preschen. Naka nickt in die Runde, lächelt und ermutigt die verblüfften Karatekas um ihn herum, es auch zu probieren. Nicht abstoßen, sondern sich von der Schwerkraft leiten lassen. Es klappt und Naka applaudiert: „Sehr gut – Das ist Budo-Karate!“ Nach nur wenigen Minuten steht fest: Tatsuya Nakas Charisma ist genauso mitreißend wie seine technische Brillanz. Zwei Einhei-



Hideo Ochi beim Training







Hideo Ochi und seine Frau Tomie auf der Geburtstagsfeier



Sepp Kröll und Marcus Haack

ten unterrichtet Naka, danach entfalten die Zukis der DJKB-Athleten eine Kraft von Pflasterstein, die mit einer Kanone abgeschossen wurden. Also zumindest fühlt es sich so an ... ein ganz kleines bisschen.

Wenige Stunden später hat Naka seine Gi gegen einen schwarz-grauen Maßanzug getauscht. Er sitzt mit Hideo Ochi und dessen Frau Tomie an einem gedeckten Tisch in der Henrichshütte in Hattingen. Hunderte Gäste sind mit ihnen in der Event-Location. Violettes Scheinwerferlicht strahlt über die Tanzfläche, fein mariniertes Fisch dampft auf Tellern, kühles Bier läuft stundenlang und im Sekundentakt durch die Zapfanlage. Der weltberühmte Zauberer Ryan Hayashi begeistert mit seinen Samurai-Schwert-Illusionen. Ochis Schüler Klaus Wiegend hat die Party und den Lehrgang monatelang geplant. Zusammen mit seinem Schüler Marcus Haack. Sepp Kröll, der Präsident des DJKB, erwähnt das mit großer Anerkennung in seiner Rede. Alle hier bedauern, das Klaus aus gesundheitlichen Gründen selbst nicht dabei sein kann. Kröll begrüßt alle Ehrengäste und verliert berührende Worte über Shihan Ochi. „Er ist ein unglaublich großzügiger Mensch“ erzählt Kröll. Er habe Karate in die ganze Welt getragen, oft auch ohne Honorar, gerade in die ärmeren Regionen dieses Planeten. Eine unglaublich große Dankbarkeit erfüllt den Raum. Alte Weggefährten, Trainer und Instrukoren des DJKB, Tatsuya Naka und die vielen anderen Karatekas heben ihr Glas. Alles Liebe zum Geburtstag Shihan Ochi. Oss!

Text: Joschka Heinemann  
Fotos: Alexander Raitz von Frenz



JKA-Instructor Tatsuya Naka





## Dortmunder Jugend-Stadtmeisterschaften mit 14 Vereinen

Die schon traditionellen Dortmunder Jugend Taekwon-Do Stadtmeisterschaften unter Schirmherrschaft des NWTV waren wieder ein gelungener Saisonauftakt für die 14 teilnehmenden Vereine aus Dortmund und den umliegenden Städten.

Die 120 Teilnehmer konnten sich in Tul (Formen) und Kampf (Semi- und Leichtkontakt) messen. Das Orgateam des BKV Dortmund mit Ahmet Sengezer (Turnierreferent des

NWTV) und Tobias Borgmeier (Jugendreferent des NWTV) hatten alles im Griff und konnten die pünktlich begonnene Veranstaltung um 14:30 Uhr beenden. Nun wird sich aber nicht auf den Lorbeeren ausgeruht, sondern es laufen sofort die Vorbereitungen für das jährliche Trainingscamp des NWTV vom 11. bis 14. Juni 2020 in Bad Driburg an.

W. Peters



## Erstes Treffen des NWTV-Dan-Kollegiums 2020

Dan-Träger des NWTV trafen sich im Dan-Kollegium, um die Ausführungsweise und Interpretation der Tul für den Verband zu vereinheitlichen. Leider gibt es seit dem Tod von Taekwon-Do Begründer Choi Hong Hi im Jahre 2002 zahlreiche neue Organisationen, die das Taekwon-Do jeweils für sich veränderten und neu interpretieren.

Im NWTV wird nun das Taekwon-Do auf dem Stand zu Lebzeiten des Begründers festgeschrieben und bewahrt. Insbesondere die Tul 1-5 wurden bereits im letzten Jahr besprochen. Nun ging es an die Vereinheitlichung der Tul 6 und 7. Bis alle Tul (es gibt 24) durch-



## Bundeslehrgang der ITF Germany in Frankfurt

Zahlreiche hohe Danträger des NWTV kamen auf Einladung der ITF-Germany zum Bundeslehrgang nach Frankfurt. Hansi Hinz war in seinem Karate Institut in Frankfurt ein guter Gastgeber in großzügigen Trainingsräumen.

Stefanos Gaidartzakis, 9. Dan und Andreas Granzow, 8. Dan unterrichteten nach dem Aufwärmen Grundtechniken in ihrer Anwendung bei Tul und im Gegensatz dazu bei der Selbstverteidigung. An der Art, die Techniken auszuführen und deren Anwendung anschaulich zu machen, konnte man die Nähe zu Choi Hong Hi sehen, die Master Gaidartzakis jahrelang hatte.

Der Rahmen des Seminars wurde auch genutzt, um einigen Dan-Trägern die Mitgliedschaftsdokumente der ITMS (International Taekwon-Do Masters Society), gegründet von Master Stefanos Gaidartzakis, zu überreichen. Dort können auf Empfehlung Dan-Träger ab 4. Dan als Supporter und Dan-Träger ab 7. Dan Mitglied werden. Es handelt sich um eine Nonprofit-Organisation, in der sich die höchsten Taekwon-Do Dan-Träger aus verschiedenen Weltverbänden zusammengefunden haben.

WIP



genommen sind, wird noch einige Zeit vergehen. Die Grundlage im NWTV war und bleibt das 15-bändige Taekwon-Do Lexikon sowie die englische Zusammenfassung und deren deutsche Übersetzung.

Auf diese Weise lassen sich die meisten Fragen klären, ohne dass es ständige Varianten gibt wie z.B. das hörbare Aufsetzen bei jedem Schritt oder neue Bewegungen zwischen dem Ende der vorigen und der folgenden Technik (man geht direkt von der letzten Technik nach kurzer Entspannung in die Ausholbewegung für die nächste Technik und führt sie dann aus ohne die Bewegung dabei anzuhalten oder zu unterbrechen).

Eine Besonderheit im NWTV ist die Tatsache, dass Vertreter aus unterschiedlichen Weltorganisationen im Dan-Kollegium zusammengekommen sind.

W. Peters





## Kampfrichterlehrgänge und Dan-Vorbereitung

Die ersten Monate des Jahres 2020 waren gefüllt mit Lehrgängen und Ausbildungen. Am 11. Januar ging es los mit dem alljährlich stattfindenden Kampfrichterlehrgang für den Wettkampfbereich Semi- und Leichtkontakt, welcher wiederholt in Moers-Repelen stattfand und von Michael Mende geleitet wurde. Es folgten weitere Kampfrichterausbildungen in den Wettkampfbereichen Selbstverteidigung in Duisburg durch Marcel Beßeler und Taolu/Formen in Moers-Repelen durch Kai Hoffmann. Infolgedessen war eine gute Vorbereitung für die anstehenden Landesmeisterschaften schon beizeiten erreicht.

Die Dan-Vorbereitungslehrgänge der Fachschaft Shaolin Kempo für Formen sowie der Blockformen wurden in bewährter Art durch Klaus Konrad und Bodo Weyers sowie Peter Scholz und Bodo Weyers durchgeführt.



Sequenz der zweiten Schülerform



Sportlerinnen und Sportler des 1. Dan-Vorbereitungslehrgangs



Aus Anlass des 25-jährigen Bestehens des Bewegungskunst Raesfeld richtete dieser einen Dan-Vorbereitungslehrgang aus. Thema des Lehrgangs waren die Blockformen des Shaolin Kempo. Die Referenten waren Peter Scholz, 6. Dan Shaolin Kempo und Bodo Weyers, 6. Dan Shaolin Kempo. Eine Gruppe von 16 Kempokas, vom Blaugurt bis zum 4. Dan, wurde von den Referenten durch ein intensives Aufwärmtraining und anschließenden Technikteil geführt. Je nach Leistungsstand bzw. Zielsetzung der einzelnen Kempokas wurden die Blockformen eins und zwei, eins bis vier oder auch eins bis sechs erarbeitet. Die Referenten konnten nützliche Hinweise geben und Fragen der Teilnehmer und Teilnehmerinnen beantworten. Das gezeigte Niveau stellt eine gute Basis dar für die kommenden Dan-Prüfungen. Am Ende des intensiven, vierstündigen Lehrgangs, den alle mit ihrem Einsatz kurzweilig machten, fand die Verabschiedung mit dem obligatorischen Shaolin-Kempo-Gruß statt. Anschließend ging es müde und zufrieden auf den Weg nach Hause.

Ebenfalls aus Anlass des 25-jährigen Bestehens des Bewegungskunst Raesfeld richtete dieser einen Sonderlehrgang mit dem Thema Shaolin Tempelboxen/Jiu Jitsu aus. Hier waren die Referenten Klaus Konrad und Roland Czerni im Einsatz. Hiernach folgte der Prüferlizenzlehrgang der Fachschaft Shaolin Kempo, welcher wiederum hervorragend von Bodo Weyers vorbereitet und durchgeführt wurde.



Sequenz der ersten Schülerform



Teilnehmerinnen  
und Teilnehmer des  
2. Dan-Vorbereitungslehrgangs

# Erste-Hilfe-Kurs in Duisburg-Rheinhausen

Der WVNW bietet regelmäßig einmal jährlich einen Erste-Hilfe-Kurs an, um die Kampfsporttrainer und Trainerassistenten für Hilfsmaßnahmen bei Sportunfällen zu schulen. Trotz Unwetterwarnung kamen 23 Kampfsportler aus den Mitgliedsvereinen des WVNW nach Duisburg-Rheinhausen, um im Seminarraum der Sporthalle an der Krefelder Straße an dem Erste-Hilfe-Kurs unter der Leitung von Wolfgang Hielscher teilzunehmen.

Wolfgang Hielscher ist ein bewährter Lehrgangsleiter in Sachen Erste Hilfe, der sich jahrzehntelang beruflich mit Erster Hilfe und Notfallmaßnahmen am Unfallort beschäftigt hat und bis heute noch ehrenamtlich Erste-Hilfe-Kurse leitet. Vom Kwoon Kerken-Geldern nahmen dieses Mal Frank, Margot und Michael Olislagers, Bernhard Hillecke, Ulrich Micke, Carsten Spütz, Alexander Schmiedtchen und Nina Grönheim teil.

Wolfgang vermittelte wieder auf seine freundliche und lockere Art die wesentlichen Maßnahmen und Handlungsanleitungen, die für eine wirkungsvolle Erste Hilfe notwendig sind. Dabei konzentrierte er sich auf einige wenige Schlüsselsituationen und machte es den Teilnehmern durch entsprechende Beispiele leicht, auch den jeweiligen theoretischen Hintergrund zu verstehen. Der stabilen Seitenlage kommt eine Schlüsselrolle zu, um einen Bewusstlosen mit drei einfachen Handgriffen sicher zu lagern. Die Teilnehmer hatten dabei ausreichend Gelegenheit, die Seitenlage zu üben. Darüber hinaus ging Wolfgang auch auf eigene Erlebnisse und Fragen der Teilnehmer zum Thema ein.

Der zweite zentrale Übungspunkt war die Wiederbelebung mit Atemspende und Herzdruckmassage; auch hier hatten die Lehrgangsteilnehmer ausreichend Gelegenheit, dies an der Übungspuppe zu üben. Dabei konnten die Teilnehmer selbst feststellen, dass Wiederbelebungsmaßnahmen nicht so einfach durchzuführen und für die Helfer körperlich sehr anstrengend sind.



Teilnehmerin bei der Wiederbelebung



Zwei Teilnehmer beim Üben der stabilen Seitenlage



Referent Wolfgang Hielscher

Anschließend erläuterte Wolfgang Hielscher verschiedene typische Unfallarten (Schock, Elektroschock, Schlaganfall und Herzinfarkt). Bei all diesen Unfällen gilt es, zu allererst den Notruf zu betätigen, bevor man mit den eigentlichen Rettungsmaßnahmen beginnt. Wolfgang Hielscher wurde nicht müde, darauf hinzuweisen, dass eine sofortige, gegebenenfalls auch unbeholfene, Hilfe besser ist als gar keine Hilfe. Da Wolfgang sich beim Lehrgang auf wenige, relativ einfache Handgriffe konzentriert hatte, können alle Teilnehmer hoffen, diese Maßnahmen im Ernstfall auch wirklich anwenden zu können.

Frank Olislagers

Für die hier ausgeschriebenen Turniere und Lehrgänge lag uns bis zur Drucklegung keine Absage wegen der Corona-Pandemie vor. Bitte informieren Sie sich aktuell über die Webseite [www.nwvj.de](http://www.nwvj.de) oder beim Ausrichter, ob die Maßnahmen stattfinden.

## BEZIRKE

### Münster

#### Bezirksturnier der Frauen U 18, Männer U 18, Frauen U 21, und Männer U 21

**Ausrichter:** JC Koriouchi Gelsenkirchen e.V.  
**Datum:** Samstag, 9. Mai 2020.  
**Ort:** Sporthalle der Gesamtschule Berger Feld, Adenauerallee 110, 45891 Gelsenkirchen.  
**Zeit:** 14:00 - 14:30 Uhr Waage.  
**Mattenzahl:** 2-3.  
**Eingeladene Vereine:** Sport-Union Annen, JKG Essen, PSV Duisburg, SV Urmitz 1913/1970.  
**Meldung:** per E-Melder unter Angabe von Vor- und Zuname, Verein, Jahrgang, Gewichtsklasse und Kyu-Grad an [kreisjugend@judo-re.de](mailto:kreisjugend@judo-re.de)  
**Meldegeld:** 7,50 € je Kämpfer/in. Bitte am Kampftag möglichst passend mitbringen. Meldung verpflichtet zur Zahlung. Nachmeldungen nach Meldeschluss kosten das doppelte Meldegeld.  
**Meldeschluss:** 1.5.2020.  
**Kontakt des Ausrichters:** [geschaeftsstelle@jckge.de](mailto:geschaeftsstelle@jckge.de) oder mobil: 01 57 / 88 13 75 07 (Ansprechpartner Marek Limbeck).  
**Eintritt:** Erwachsene ab 18 Jahren 1,50 €, Kinder/Jugendliche 6-17 Jahren 0,50 €

#### Sparkassen-Cup (Einladungsturnier) - Bezirkseinzeltturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 10, U 13 und U 15

**Ausrichter:** Judoabteilung Stella Bevergern.  
**Datum:** Sonntag, 24. Mai 2020.  
**Ort:** „Grüne Halle“ im Vogelsang, 48477 Hörstel-Riesenbeck.  
**Zeitplan:** 9:00 - 9:30 Uhr Waage Jugend U 10 männlich -21, -23, -25, -27, -29, -31 kg. 10:00 - 10:30 Uhr Waage Jugend U 10 männlich -34, -37, -40, -43, +43 kg. 11:00 - 11:30 Uhr Waage Jugend U 10 weiblich. 11:30 - 12:00 Uhr Waage Jugend U 13 weiblich. 12:00 - 12:30 Uhr Waage Jugend U 13 männlich. 13:00 - 13:30 Uhr Waage Jugend U 15 männlich. 14:00 - 14:30 Uhr Waage Jugend U 15 weiblich.  
**Mattenzahl:** 3-4.  
**Eingeladene Vereine:** JC Wermelskirchen, PSV Herford, SUA Witten, Judofreunde Siegen-Lindenbergl, Judoschool Haagsma (Niederlande).  
**Meldung:** per E-Melder an [f.cirotzki@judo-giants.de](mailto:f.cirotzki@judo-giants.de)  
**Meldegeld:** 7,50 € je Kämpfer/in, zahlbar an der Waage. Die Meldung verpflichtet zur Zahlung. Keine Schecks.  
**Meldeschluss:** 15.5.2020.  
**Kontakt am Turniertag:** Klaus Büchter, mobil: 01 73 / 4 19 29 12.  
**Eintritt:** 3,00 €

## KREISE

### Coesfeld

#### Kreispokalturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 10, U 13, U 15, Frauen U 18, Männer U 18, Frauen und Männer

**Ausrichter:** Judo-Club Velen-Reken e.V.  
**Datum:** Sonntag, 10. Mai 2020.  
**Ort:** Sporthalle am Rathaus, Kirchstr. 16, 48734 Reken.  
**Zeitplan:** 9:00 - 9:30 Uhr Waage Jugend U 10 und U 13 männlich. 9:30 - 10:00 Uhr Waage Jugend U 10 und U 13 weiblich. 12:00 - 12:15 Uhr Waage Jugend U 15 weiblich und Frauen U 18. 12:15 - 13:00 Uhr Waage Jugend U 15 männlich und Männer U 18. 14:00 - 14:15 Uhr Waage Frauen. 14:15 - 14:30 Uhr Waage Männer.  
**Mattenzahl:** 2 Matten 7 x 7 m.  
**Gewichtsklassen:** werden eingeteilt, ggf. wird in den Altersklassen U 10 und U 13 männlich und weiblich zusammengelegt.  
**Meldungen:** bis 1.5.2020 mit Gewichts- und Altersklassenangabe per E-Melder an [karleller150156@gmail.com](mailto:karleller150156@gmail.com)  
**Meldegeld:** 7,50 €, zu zahlen an der Waage.

### Düsseldorf

#### 11. Stadtmeisterschaften Dormagen der männlichen und weiblichen Jugend U 10, U 13, U 15, Frauen U 18, Männer U 18, Frauen und Männer

**Ausrichter:** Judo-Club Nievenheim e.V.  
**Ort:** Dreifachturnhalle an der Bertha-v.-Suttner-Gesamtschule, Marie-Schlei-Str. 6, 41542 Dormagen-Nievenheim.  
**Datum:** Samstag, 16. Mai 2020.  
**Zeitplan:** 9:00 - 9:30 Uhr Waage Jugend U 10 männlich und weiblich. 10:00 - 10:45 Uhr Waage Jugend U 13 männlich und weiblich. 12:00 - 12:30 Uhr Waage Jugend U 15 männlich und weiblich. 13:00 - 13:30 Uhr Waage Frauen U 18, Männer U 18, Frauen und Männer.  
**Matten:** 3-4 Tatami 6 x 6 m.  
**Eingeladene Vereine:** JC Hilden, PSV Krefeld, Pulheimer SC, JC Haltern, JC Jülich.  
**Meldung:** nur als E-Melder-Datei per E-Mail an [turniere@judo-nievenheim.de](mailto:turniere@judo-nievenheim.de)  
**Meldegeld:** 7,50 € je Teilnehmer, per Überweisung auf das Konto: Judo-Club Nievenheim e.V., IBAN: DE41301602133106533015, BIC: GENODED1DNE. Bitte angeben: Vereinsname, Anzahl Judokas. Den Überweisungsbeleg bitte am Veranstaltungstag vorlegen. Meldung verpflichtet zur Zahlung. Nachmeldung doppeltes Meldegeld.  
**Meldeschluss:** 8.5.2020.

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 Bildokumentationen.

### Kleve

#### Emmericher Stadtmeisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 10, U 13 und U 15

**Ausrichter:** JC Asahi Emmerich e.V.  
**Datum:** Samstag, 6. Juni 2020.  
**Ort:** Sporthalle Willibrord-Gymnasium, Hansastr. 3, Emmerich am Rhein.  
**Zeitplan:** 10:00 - 10:30 Uhr Waage Jugend U 10 männlich und weiblich. 12:30 - 13:00 Uhr Waage Jugend U 13 und U 15 männlich und weiblich.  
**Hinweis:** Jahrgang 2008 muss sich entscheiden, in welcher Altersklasse gestartet werden soll, U 13 oder U 15.  
**Matten:** 2 Matten 5 x 5 m.  
**Eingeladene Vereine:** 5 Gastvereine.  
**Meldungen:** vereinsweise per E-Melder mit Angabe von Vor- und Nachname, Geschlecht, Jahrgang, Kyu-Grad und Gewicht an die NWJV-Jugendleiter Judo-Kreis-Kleve: [christianstuhldreier@t-online.de](mailto:christianstuhldreier@t-online.de)  
**Meldegeld:** 7,50 € je Teilnehmer, vereinsweise auf das Konto von JC Asahi Emmerich e.V., IBAN: DE15358602453027621014, BIC: GENODED1EMR. Nachmeldungen doppeltes Meldegeld.  
**Meldeschluss:** 29.5.2020.

### Niederrhein Süd

#### Fit & Joy Cup der männlichen und weiblichen Jugend U 10, U 13 und U 15

zusammen mit dem Kreis Rhein-Ruhr  
**Ausrichter:** Judo-Club 1963 e.V. Kempen/Niederrhein.  
**Ort:** Turnhalle an der Ludwig-Jahn Str. 22, 47906 Kempen.  
**Datum:** Sonntag, 10. Mai 2020.  
**Zeitplan:** 9:30 - 9:45 Uhr Waage Jugend U 10 männlich. 9:45 - 10:00 Uhr Waage Jugend U 10 weiblich. 11:30 - 12:00 Uhr Waage Jugend U 13 männlich. 12:00 - 12:30 Uhr Waage Jugend U 13 weiblich. 14:15 - 14:30 Uhr Waage Jugend U 15 männlich. 14:30 - 14:45 Uhr Waage Jugend U 15 weiblich.  
 Der Jahrgang 2008 muss sich entscheiden, in welcher Altersklasse er antritt.  
**Matten:** 3 Matten 6 x 6 m.  
**Modus:** Je nach Teilnehmerzahl werden Mädchen- und Jungen-Gewichtsklassen in der U 10 zusammengelegt.  
**Eingeladene Vereine:** 1. JC Nievenheim, 2. JC Haltern, 3. Bushido Dinslaken, 4. TG Neuss und 5. DJK Adler 07 Bottrop.  
**Meldung:** über E-Melder an [info@sassist.de](mailto:info@sassist.de)  
**Meldegeld:** 7,50 € pro Teilnehmer am Tag der Veranstaltung. Nachmeldung doppeltes Meldegeld.  
**Meldeschluss:** 1.5.2020.  
**Ansprechpartner:** Bastian Schlubat, E-Mail: [bastian-schlubat@web.de](mailto:bastian-schlubat@web.de), mobil: 01 77 / 5 28 30 89.  
**Anreise:** aus allen Richtungen auf den Außenring B 509, von dort Richtung Krankenhaus, direkt gegenüber liegt der Parkplatz und die Ludwig-Jahn-Halle.

## Recklinghausen

### Kreiseinladungsturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 10, U 13 und U 15

**Ausrichter:** JC Koriouchi Gelsenkirchen e.V.  
**Datum:** Samstag, 9. Mai 2020.  
**Ort:** Sporthalle der Gesamtschule Berger Feld, Adenauerallee 110, 45891 Gelsenkirchen.  
**Zeitplan:** 10:00 - 10:30 Uhr Waage Jugend U 10 männlich und weiblich. 11:30 - 12:00 Uhr Waage Jugend U 13 männlich und weiblich. 13:00 - 13:30 Uhr Waage Jugend U 15 männlich und weiblich.  
**Mattenzahl:** 2-3.  
**Eingeladene Vereine:** Sport-Union Annen, JKG Essen, PSV Duisburg, SV Urmitz 1913/1970.  
**Meldung:** per E-Melder unter Angabe von Vor- und Zuname, Verein, Jahrgang, Gewichtsklasse und Kyu-Grad an kreisjugend@judo-re.de  
**Meldegeld:** 7,50 € je Kämpfer/in. Bitte am Kampftag möglichst passend mitbringen. Meldung verpflichtet zur Zahlung. Nachmeldungen nach Meldeschluss kosten das doppelte Meldegeld.  
**Meldeschluss:** 1.5.2020.  
**Kontakt des Ausrichters:** geschaeftsstelle@jckge.de oder mobil: 01 57 / 88 13 75 07 (Ansprechpartner Marek Limbeck).  
**Eintritt:** Erwachsene ab 18 Jahren 1,50 €, Kinder/Jugendliche 6-17 Jahren 0,50 €

## Rhein-Ruhr

### Fit & Joy Cup der männlichen und weiblichen Jugend U 10, U 13 und U 15

- siehe Kreis Niederrhein Süd -

## Unna-Hamm-Dortmund

### Kreiseinzeltturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 10 (Mixed-Turnier), U 13, U 15, Frauen U 18 und Männer U 18

**Ausrichter:** Judo Club Holzwickede e.V., Postfach 12 51, 59439 Holzwickede.  
**Datum:** Samstag, 16. Mai 2020.  
**Ort:** Hilgenbaumhalle, Opherdicker Str. 42, 59439 Holzwickede.  
**Zeitplan:** 9:00 - 9:30 Uhr Waage Jugend U 10 männlich und weiblich (Mixed-Turnier). ca. 9:45 Uhr Beginn. 10:30 - 11:00 Uhr Waage Jugend U 13 männlich und weiblich. Waagezeiten U 15 und U 18 je nach Teilnehmern.  
**Matten:** 4.  
**Meldung:** durch die Vereine an ralfvongratowski@googlemail.com  
 Folgende Angaben sind bei der Meldung unbedingt anzugeben: Name, Vorname, Jahrgang, Verein, Gewichtsklasse, Kyu-Grad. Für die Meldungen sollte der E-Melder verwendet werden.  
**Meldegeld:** 7,50 € pro Teilnehmer/in, per Überweisung auf das Konto JC Holzwickede, Sparkasse Unna, BIC: WELADED1VNN, IBAN: DE2644350060002003564. Der Zahlungsnachweis ist dem Ausrichter vor Veranstaltungsbeginn vorzulegen. Für Nachmeldungen

und verspätet eingehende Meldungen wird doppeltes Meldegeld erhoben, zu zahlen vor der Waage in bar.

**Meldeschluss:** 8.5.2020.  
**Kontaktadresse des Ausrichters:** Dirk Jacobi, Friedhofstr. 14 a, 59439 Holzwickede, E-Mail: dirk.jacobi@judo-club-holzwickede.de  
**Anreise:** A 1 Kreuz Dortmund/Unna, auf die A 44/B 1 in Richtung Dortmund/Essen, Abfahrt Holzwickede/Flughafen in Richtung Ortsmitte, dann Ausschilderung „Hilgenbaumhalle/Schulzentrum“ folgen.  
**Eintrittspreis:** Erwachsene 2,00 €, Jugendliche 6-17 Jahre 1,00 €. Kinder bis 5 Jahre frei.

## Warendorf/Münster

### Kreiseinladungsturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 10, U 13 und U 15

**Ausrichter:** Judo Sport Gemeinschaft Ahlen e.V.  
**Ort:** Sporthalle der Europaschule im Pattenmeicheln, 59229 Ahlen.  
**Tag:** Samstag, 6. Juni 2020.  
**Zeitplan:** 12:00 - 13:00 Uhr Waage Jugend U 10 und U 13 männlich. 13:30 - 14:00 Uhr Waage Jugend U 10 und U 13 weiblich. 14:15 - 14:45 Uhr Waage Jugend U 15 männlich. 15:00 - 15:30 Uhr Waage Jugend U 15 weiblich.  
**Mattenzahl:** 1-2.  
**Eingeladener Verein:** JC Pelkum Herringen.  
**Meldungen:** bis zum 2.6.2020 per E-Melder an die Kreisjugendleitung, E-Mail: SchwemmerT@aol.com  
**Meldegeld:** 6,00 € je Teilnehmer.

## QUALIFIZIERUNG

### Breitensportlehrgang „Judo für Groß und Klein“ - LG 52/20

**Datum:** Samstag, 16. Mai 2020.  
**Zeit:** 10:00 - 16:30 Uhr.  
**Ort:** Karthaus, Weddern 14, 48249 Dülmen.  
**Inhalte:** Vorstellung und Vermittlung von Spiel- und Übungsformen für ein generationsübergreifendes Judotraining.  
**Umfang:** 7,5 Lerneinheiten.  
**Referenten:** Ulrich Klocke und Sven Haves.  
**Zielgruppe:** Trainer C-Lizenzinhaber, die ihre Lizenz verlängern lassen möchten; am Thema interessierte Judokas.  
**Kosten:** 30,00 €  
**Verpflegung:** Mittagsimbiss.  
**Anmeldung:** bis spätestens 4.5.2020 nur online über die NWJV-Webseite [www.nwJV.de/qualifizierung/lehrgaenge/](http://www.nwJV.de/qualifizierung/lehrgaenge/)

**Für die hier ausgeschriebenen Turniere und Lehrgänge lag uns bis zur Drucklegung keine Absage wegen der Corona-Pandemie vor. Bitte informieren Sie sich aktuell über die Webseite [www.nwJV.de](http://www.nwJV.de) oder beim Ausrichter, ob die Maßnahmen stattfinden.**

### Trainer C-Verlängerung Leistungs- und Breitensport - LG 05/20

**Datum:** Samstag, 6. Juni 2020.  
**Zeit:** 10:00 - 16:30 Uhr.  
**Ort:** Dellbrücker Mauspfad, 51069 Köln.  
**Inhalte:** Vorstellung ausgewählter Spiel- und Übungsformen im Judotraining - insbesondere für den Anfängerunterricht mit Kindern.  
**Umfang:** 7,5 Lerneinheiten.  
**Referenten:** Ulla Ließmann und Sven Karpinski.  
**Zielgruppe:** Trainer C-Lizenzinhaber, die ihre Lizenz verlängern lassen möchten; am Thema interessierte Judokas mit ausreichend Vorkenntnissen (3. Kyu).  
**Kosten:** 30,00 €  
**Verpflegung:** Mittagsimbiss.  
**Anmeldung:** bis spätestens 25.5.2020 nur online über die NWJV-Webseite [www.nwJV.de/qualifizierung/lehrgaenge/](http://www.nwJV.de/qualifizierung/lehrgaenge/)

### Trainer C-Kompaktausbildung A - LG 31/20

**Termin:** 29. Juni bis 5. Juli 2020.  
**Zeit:** Beginn am Montag 9:30 Uhr. Ende am Sonntag 17:00 Uhr.  
**Ort:** Sportschule Hennef, Sövenner Str. 60, 53773 Hennef.  
**Inhalte:** Vermittlung sportartübergreifender und judospezifischer Inhalte in der Trainerausbildung: u.a. Planung, Gestaltung und Durchführung von Unterricht, Grundlagen von Training und Leistung, Entwicklungsphysiologie, biomechanische Grundprinzipien und pädagogische Grundlagen sowie Judo-Praxis.  
**Umfang:** 90 Lerneinheiten.  
**Referenten:** Benjamin Behrla, Frank-Michael Günther und Henning Schäfer.  
**Kosten:** 400,00 €  
**Unterkunft und Verpflegung:** in der Sportschule.  
**Anmeldung:** bis spätestens 27.5.2020 nur online über die NWJV-Webseite [www.nwJV.de/qualifizierung/lehrgaenge/](http://www.nwJV.de/qualifizierung/lehrgaenge/)

### Trainer C-Kompaktausbildung B - LG 32/20

**Termin:** 1. bis 7. August 2020.  
**Zeit:** Beginn am Samstag 9:30 Uhr. Ende am Freitag 17:00 Uhr.  
**Ort:** Sportschule Hamm-Oberwerries, Zum Schloss Oberwerries 1, 59073 Hamm.  
**Inhalte:** Vermittlung sportartübergreifender und judospezifischer Inhalte in der Trainerausbildung: u.a. Planung, Gestaltung und Durchführung von Unterricht, Grundlagen von Training und Leistung, Entwicklungsphysiologie, biomechanische Grundprinzipien und pädagogische Grundlagen sowie Judo-Praxis.  
**Umfang:** 90 Lerneinheiten.  
**Referenten:** Klaus Büchter, Daniel Lachmann und Henning Schäfer.  
**Kosten:** 400,00 €  
**Unterkunft und Verpflegung:** in der Sportschule.  
**Anmeldung:** bis spätestens 1.7.2020 nur online über die NWJV-Webseite [www.nwJV.de/qualifizierung/lehrgaenge/](http://www.nwJV.de/qualifizierung/lehrgaenge/)



# NWDK

## Landesoffener Lehrgang „Judo-bezogene Selbstverteidigung“

**Veranstalter:** NWDK-Kreis Warendorf-Münster.

**Termin:** Sonntag 24. Mai 2020.

**Ort:** Turnhalle der Antoniuschule, 59269 Beckum.

**Zeit:** 10:00 - 14:00 Uhr.

**Referenten:** Werner Dermann, 6. Dan und Mirco Fabig, 5. Dan.

**Teilnehmerkreis:** Interessierte für „Judo-bezogene Selbstverteidigung“, Kyu-Prüfungsaspiranten/Dan-Prüfungsaspiranten mit dem Prüfungswahlfach SV, Trainerinnen und Trainer, die dieses Fach vermitteln.

**Kosten:** 5,00 €

**Meldung:** per Post/E-Mail: Heinz Aschhoff, Daimlerring 8 a, 59269 Beckum, E-Mail: heinz.aschhoff@online.de

**Meldeschluss:** 15.5.2020.

**Anmerkung:** Anmeldung zum Lehrgang erfolgt über den Verein, damit der Versicherungsschutz gewährleistet ist. Der Veranstalter lehnt Haftungsansprüche jeglicher Art ab.

**Anreise:** Abfahrt A 2 (20) Beckum, rechts in Richtung Beckum, immer geradeaus, über mehrere Ampeln, nach Bahnübergang 1. Straße links (Antoniusstraße). Eingang zwischen Schule und Kirche, kleiner Weg bis zum Ende folgen, Parkplätze Schulhof sowie links und rechts der Straße.

## Kreis Kleve

### Techniklehrgang

**Ausrichter:** TV Rees, Abteilung Judo.

**Datum:** Mittwoch, 29. April 2020.

**Zeit:** Anmeldung 19:00 Uhr, Beginn 19:15 Uhr, Ende ca. 20:45 Uhr (2 UE).

**Ort:** Turnhalle der Realschule Rees, Westring 4, 46459 Rees.

**Thema:** Handlungskomplex Seoi-nage (Teil 1).

**Referent:** Andi Eckert.

**Lehrgangsgebühr:** 3,00 €, am Lehrgangstag zu zahlen.

**Teilnehmer:** Alle interessierten Judokas, Übungsleiter, Helfer und Trainer. Bitte den gültigen Judopass mitbringen.

**Meldungen:** bis zum 25.4.2020 an Andi Eckert, Edithweg 20, 46537 Dinslaken, per E-Mail: bushido-din@freenet.de oder WhatsApp: 01 78 / 4 30 88 47.

### Vorbereitungslehrgang zum 1., 2. und 3. Kyu

**Ausrichter:** Bushido Dinslaken e.V.

**Datum:** Samstag, 9. Mai 2020 (4 UE) und

Sonntag, 7. Juni 2020 (4 UE).

**Zeit:** jeweils 10:00 - 13:00 Uhr.

**Ort:** Dojo Bushido Dinslaken, Kleiststr. 35 b, 46539 Dinslaken.

**Referenten:** Andi Eckert und Frank Mitscher.

**Lehrgangsgebühr:** 10,00 €, am Lehrgangstag zu zahlen.

**Teilnehmer:** Judokas ab dem 4. Kyu, Übungsleiter, Helfer und Trainer.

**Meldungen:** bis zum 1.5.2020 an Andi Eckert, Edithweg 20, 46537 Dinslaken, E-Mail: bushido-

din@freenet.de

**Wegbeschreibung:** A 3 Ausfahrt Dinslaken-Nord, unten Richtung Dinslaken (Bergerstraße), im Kreisverkehr geradeaus (2. Ausfahrt Bergerstraße), diese wird im weiteren Verlauf zur Gärtnerstraße, an der Ampelkreuzung geradeaus auf die Hanielstraße, nach der Unterführung erste Straße links in die Otto-Lilienthal-Straße, bis zum Ende, dann links auf die Kleiststraße, im Kreisverkehr geradeaus, nach ca. 300 m liegt auf der linken Seite das Dojo (Reklameschild an der Straße, gegenüber der Johanniter). Parkplätze befinden sich an der Straße bzw. ein Stückchen weiter links auf dem Großparkplatz von ATU bzw. Thomas Phillips.

## Kreis Köln

### Vorbereitungslehrgang zum 1. und 2. Kyu

**Termine/Zeit:** Samstag, 9. Mai 2020, 14:00 - 17:00 Uhr. Sonntag, 17. Mai 2020, 10:00 - 13:00 Uhr. Sonntag, 24. Mai 2020, 10:00 - 13:00 Uhr.

**Ort:** Dojo des Pulheimer SC, Zur offenen Tür 13, 50259 Pulheim.

**Kosten:** 15,00 € pro Teilnehmer, in bar - egal ob für einen Termin oder für alle drei - zu zahlen vor Ort beim Lehrgangsleiter.

**Leitung:** Miriam Sikora.

**Referenten:** N.N.

**Teilnehmer:** Alle, die sich für das Programm zum 1. und 2. Kyu interessieren.

**Anmeldung:** bis zum 30.4.2020 nur durch den Verein, muss zu Lehrgangsbeginn schriftlich beim KDV vorliegen: joachim.jaeger@nwdk.de

## Judokas spielen Fußball

Der DSC Wanne-Eickel richtet am **21. Mai 2020** (Himmelfahrt) die 23. Auflage des **Hallenfußball-Turniers für Judo-Vereine** aus. Ab 11:00 Uhr sind in der Sporthalle des Pestalozzi-Gymnasiums (Harpen-er Weg 6, 44629 Herne) Teams der NWJV-Vereine mit Judokas ab ca. 16 Jahren (mit Judo-Pass) und Judo-Eltern (mit Judo-Pass der Kinder) eingeladen. Startgemeinschaften aus maximal drei Vereinen sind möglich. Ein Team besteht aus einem Torwart und vier Feldspielern sowie maximal vier „Ergänzungsspielern“ in einheitlicher Kleidung. Es dürfen natürlich auch Frauen mitspielen. Außerdem wird ein Turnier für Jugend-Teams mit Judokas bis 15 Jahren und Kids-Teams mit Judokas bis 11 Jahren angeboten.

Das Startgeld beträgt 50,00 € pro Team. Meldungen sind **bis zum 17.5.2020** an Volker Gößling, Friedgrasstr. 63, 44652 Herne, mobil: 01 77 / 2 22 79 91, Fax: 0 23 23 / 16 23 59 (d.), E-Mail: Volker.Goessling@DSC-Judo.de möglich.

Weitere Infos unter [www.DSC-Judo.de](http://www.DSC-Judo.de)



## DJB-Veranstaltungen bis Ende August abgesagt

Der Deutsche Judo-Bund (DJB) hat entschieden, alle DJB-Veranstaltungen (Wettkämpfe, Lehrgänge und andere Veranstaltungen) aufgrund der dynamischen Entwicklung des Coronavirus bis Ende August abzusagen oder zu verschieben. Darunter fallen beispielsweise die Judo-Sommerschule, das Feriencamp Judo&More, der EC U 21 in Berlin, die Jugendleiteraus- und Fortbildung sowie alle Trainerfortbildungen. Ein detaillierter Überblick ist im Terminbereich auf der DJB-Website zu finden.



Für einige Veranstaltungen (Deutsche Einzelmeisterschaften der Veteranen, Deutsche Kata-Meisterschaften) werden Ausweichtermine gesucht. Die Judo-Bundesliga pausiert wie angekündigt bis zum Zeitraum nach den ursprünglich geplanten Olympischen Spielen (24.07. - 09.08.2020). Ein alternatives Konzept soll erarbeitet werden.

## Landeslehrgang Technik

**Thema:** Dan-Vorbereitung 3.  
**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** TSV Solingen Auf der Höhe e.V.  
**Datum:** Samstag, 9. Mai 2020.  
**Zeit:** 14:00 - 17:00 Uhr.  
**Ort:** Geschwister-Scholl Schule, Querstr. 42, 42699 Solingen.  
**Leitung:** Mitglieder des Dan-Prüfergremiums.  
**Kosten:** 15,00 €  
**Vermerk:** Die Lehrgangsg Gebühr wird zum Veranstaltungsbeginn in bar entrichtet. Bitte nach Möglichkeit abgezähltes Geld mitbringen. Bitte Übungswaffen, Schutzausrüstung und Schlagpolster mitbringen. Die Teilnahme von Vereinstrainern zum Abgleich der Prüfungs- und Trainingsinhalte wird empfohlen. Eventuelle Änderungen sind der NWJJV-Homepage ([www.nwjv.eu](http://www.nwjv.eu)) zu entnehmen.  
**Meldung:** Aktuelles Anmeldeformular (siehe NWJJV-Homepage/Downloads) spätestens drei Wochen vor dem Lehrgang an den Prüfungsreferenten senden.

## Landeslehrgang Technik Bezirk Düsseldorf

**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** noch offen.  
**Thema:** Kyu-Vorbereitung.  
**Datum:** Samstag, 16. Mai 2020.  
**Zeit:** 14:00 - 17:00 Uhr.  
**Ort:** noch offen.  
**Referenten:** Michael Zimmer und Michael Holstein.  
**Kosten:** 10,00 €

## Landeslehrgang Jugend

**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** DJK Coesfeld.  
**Thema:** Halte- und Festlegetechniken.  
**Datum:** Sonntag, 17. Mai 2020.  
**Zeit:** 11:00 - 14:00 Uhr.  
**Ort:** Dieselstr. 33, 48653 Coesfeld.  
**Referent:** Ralf Krämer, 4. Dan.  
**Kosten:** 5,00 €

## Allkampf „Open Mat“ mit Turniermodus

**Veranstalter:** Nordrhein-Westfälischer Ju Jutsu-Verband.  
**Ausrichter:** PSV Neuss.  
**Datum:** Sonntag, 17. Mai 2020.  
**Zeit:** 12:00 - 15:00 Uhr.  
**Ort:** JJ-Abteilung des PSV Neuss, Sporthalle des Marie-Curie-Gymnasiums, Peter-Loer-Straße (gegenüber Haus Nr. 29 a).  
**Referent:** Timo Glüge.  
**Themen:** Die zweite Allkampf „Open Mat“ des NWJJV findet dieses Jahr in Neuss statt. Nach kurzem gemeinsamem Warm Up und ein paar Technikdrills geht es primär um freies Ausprobieren und lockeres Sparring. Für Interessierte leiten die Referenten einen Turniermodus nach Regelwerk des Allkampfes an. Bitte an Schutzausrüstung denken.  
**Teilnehmer:** keine Beschränkung, keine Anmeldung.  
**Kosten:** 10,00 €

**Aufgrund der zurzeit gesundheitlichen Situation ist nicht vorhersehbar, ob die geplanten Maßnahmen stattfinden können. Bitte die Homepage des NWJJV beachten!**

## Landeslehrgang Technik Bezirk Bielefeld

**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** RW Schieder Schwalenberg.  
**Thema:** Prüfungsvorbereitung.  
**Datum:** Sonntag, 24. Mai 2020.  
**Zeit:** 10:00 - 13:00 Uhr.  
**Ort:** Grundschule Schieder, Parkallee 7, 32816 Schieder.  
**Referenten:** Prüfer aus dem Bezirk.  
**Kosten:** 10,00 €

## Landeslehrgang Technik Bezirk Mönchengladbach

**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** JJJC Nettetal.  
**Thema:** Effektive Stockentwaffnung und Anwendung.  
**Datum:** Samstag, 23. Mai 2020.  
**Zeit:** 14:00 - 17:00 Uhr.  
**Ort:** Blumenallee, 41334 Nettetal.  
**Referent:** Detlef Eschrich, 3. Dan.  
**Kosten:** 10,00 €

## Landeslehrgang Jugend

**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** TV Littfeld.  
**Thema:** „Wehre Dich!“  
**Datum:** Sonntag, 24. Mai 2020.  
**Zeit:** 10:00 - 13:00 Uhr.  
**Ort:** Turnhalle der Grundschule, Adolf-Wurm-bach-Straße, 57223 Kreuztal-Littfeld.  
**Referent:** Wolfgang Kroel, 8. Dan, Lehrreferent NWJJV e.V.  
**Kosten:** 5,00 €

## 3. Kaderlehrgang

Trainer-C Leistungssport - 5 UE  
**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** SU Witten-Annen.  
**Thema:** Duo und Fighting.  
**Datum:** Samstag, 30. Mai 2020.  
**Zeit:** 13:00 - 19:00 Uhr.  
**Ort:** Kälberweg 2, 58453 Witten.  
**Referent:** Ralf Pollnow.  
**Kosten:** 5,00 € unter 18 Jahren, 15,00 € über 18 Jahren.

## Landeslehrgang Technik

**Thema:** Dan-Vorbereitung 4.  
**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** TSV Solingen Auf der Höhe e.V.  
**Datum:** Samstag, 6. Juni 2020.  
**Zeit:** 14:00 - 17:00 Uhr.  
**Ort:** Geschwister-Scholl Schule, Querstr. 42, 42699 Solingen.  
**Leitung:** Mitglieder des Dan-Prüfergremiums.  
**Kosten:** 15,00 €  
**Vermerk:** Die Lehrgangsg Gebühr wird zum Veranstaltungsbeginn in bar entrichtet. Bitte nach Möglichkeit abgezähltes Geld mitbringen. Bitte Übungswaffen, Schutzausrüstung und Schlagpolster mitbringen. Die Teilnahme von Vereinstrainern zum Abgleich der Prüfungs- und Trainingsinhalte wird empfohlen. Eventuelle Änderungen sind der NWJJV-Homepage ([www.nwjv.eu](http://www.nwjv.eu)) zu entnehmen.  
**Meldung:** Aktuelles Anmeldeformular (siehe NWJJV-Homepage/Downloads) spätestens drei Wochen vor dem Lehrgang an den Prüfungsreferenten senden.

## Landeslehrgang Technik

Verlängerung Trainer-C Breitensport - 4 UE  
**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** TuS Hamm.  
**Thema:** Kombinationen, Würfe und Übergänge.  
**Datum:** Samstag, 6. Juni 2020.  
**Zeit:** 14:00 - 17:00 Uhr.  
**Ort:** Titaniastr. 5, 59067 Hamm.  
**Referent:** Wolfgang Kroel, 8. Dan, Lehrreferent NWJJV e.V.  
**Kosten:** 15,00 €

## Bezirksprüfung Siegen

**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** TV Littfeld.  
**Datum:** Sonntag, 7. Juni 2020.  
**Zeit:** Beginn 10:00 Uhr.  
**Ort:** Turnhalle der Grundschule, Adolf-Wurm-bach-Straße, 57223 Kreuztal-Littfeld.  
**Leitung:** Frank Zimmermann, Bezirksvertreter.  
**Kosten:** 25,00 €

## In eigener Sache

Die Adressen der jeweiligen Dojos finden sich auf der Homepage des NWJJV e.V. unter der Rubrik Downloads. Sollte die entsprechende Adresse hier nicht hinterlegt sein – bitte ich, zwecks Ergänzung, um schnellstmögliche Mitteilung des jeweiligen Vereinsvertreters per Mail an: [Wolfgang Kroel / lehrwesen@nwjjv.eu](mailto:Wolfgang.Kroel@lehrwesen@nwjjv.eu)

## 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 Matenfläche 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.

# Neben der Matte

## Corona - häufige Fragen und Antworten

- Können Vorstandssitzungen oder Versammlungen anderer Gremien stattfinden?
- Welche finanziellen Hilfen gibt es für freiberuflich tätige Übungsleiter\*innen und Trainer\*innen, deren Einnahmen durch die Einstellung des Sportbetriebs wegfallen?
- Gibt es staatliche Hilfen für Sportvereine um z.B. Personal, Miete, etc. bezahlen zu können?
- Absage des Trainings-, Spiel- und Sportbetriebs: Sonderkündigungsrecht für Mitglieder? Recht auf Beitragsminderung?

Diese und viele weitere Fragen aus den Bereichen Vereinsrecht, Finanzen, Mitarbeiter\*innen und Vereinsführung (und weitere Themen) beantwortet der Landessportbund auf seiner VIBSS-Seite. Einfach schnell den QR-Code scannen, dieser führt direkt zur FAQ-Seite.



### J-Team Pakete auch 2020

Auch in diesem Jahr ist es möglich ein Paket für euer J-Team zu beantragen. Ein J-Team ist eine Jugendgruppe bis 27 Jahre, die sich ehrenamtlich im Verein engagiert und sich traut Verantwortung zu übernehmen.

Formulare gibt es auf der Seite des NWJV oder via Mail von Carina Hagen



### Neue Kibaz-Aktion für Familien

Beteiligen Sie sich – bringen Sie Familien in Schwung! Ermöglichen Sie vielen Kindern und Familien „Gemeinschaftserlebnisse“ rund um Kibaz! Je nach Veranstaltungsformat könnt Ihr 400 € oder 600 € beantragen!

Die Sonderaktion „Familienstag für uns alle“ geht jetzt online! Der Durchführungszeitraum startet am 01. Mai und endet am 31.12.2020. Bewerbungsunterlagen findet Ihr unter:

[www.kibaz-nrw.de](http://www.kibaz-nrw.de)

Oder unter: [www.vibss.de/service-projekte/kinderbewegungsabzeichen/](http://www.vibss.de/service-projekte/kinderbewegungsabzeichen/)

### Ansprechpartner „Neben der Matte“

Bei weiteren Fragen, Anregungen und Ideen zu diesen Themen bitte bei Carina Hagen melden.

Tel: 0203 7381-625  
[carina.hagen@nwjv.de](mailto:carina.hagen@nwjv.de)

### Judo-Safari @ home

#### kreative Ideen für Zuhause

Aktuell steht der Sport in Deutschland still und die Judo-vereine haben ihren Betrieb eingestellt. Diese Schritte sind notwendig und der Deutsche Judo-Bund (DJB) steht hinter diesen Maßnahmen. Damit gerade den jungen Judoka aber die Decke nicht auf den Kopf fällt, können Judovereine neben dem #judoathome-Training nun eine weitere spaßige Alternative anbieten. Die Judo-Safari@home!



In den Sozialen Netzwerken gibt es zahlreiche Projekte und Ideen von Vereinen, zur Umsetzung des Vereinstrainings zu Hause.

Wenn ihr auch tolle Ideen habt, die auch andere Vereine helfen können, dann postet diese unter den Hashtags:

#homedojo  
#heimtraining  
#judoathome

# Starke Judoka

Kinder haben Rechte - Hansokumake bei Missbrauch!

Geheimnisse,  
die dich  
bedrücken,  
darfst du  
verraten!

Hilfe holen ist kein Petzen!

Hör`auf dein  
Bauchgefühl!



Du entscheidest,  
wenn nah zu  
nah ist!

Sag es laut,  
wenn dich  
was stört!

Trau dich, rede mit jemandem, du bist stark!



**DJB**  
DEUTSCHER JUDO-BUND e.V.

Deutscher Judo-Bund e.V.  
069-67720818

*Wir hören zu!*

Kinder- und Jugendtelefon  
**116111** (kostenlos)  
NummergegenKummer

Hilfetelefon sexueller Missbrauch  
**0800 22 55 530** (kostenlos)  
[www.hilfetelefon-missbrauch.de](http://www.hilfetelefon-missbrauch.de)