

der budoka



4 / 2015

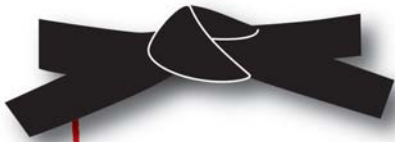
April

3,90 €

Dachverband für Budotechniken
Nordrhein-Westfalen e.V.



Deutsche Judo-Meisterschaften U 18 / U 21



**Dachverband für Budotechniken
Nordrhein-Westfalen e.V.**

Dachverband für Budotechniken Nordrhein-Westfalen e.V.

Geschäftsstelle, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg
Hausanschrift: Friedrich-Alfred-Str. 25, 47055 Duisburg
Telefon: 02 03 / 73 81 - 6 22,
E-Mail: info@budo-nrw.de, **Internet:** www.budo-nrw.de

AIKIDO

Nordrhein-Westfälischer Aikido-Verband e.V.

Volker Marczona
Poststr. 48 a
47198 Duisburg
Tel.: 02066 37304
E-Mail:
Volker.Marczona@t-online.de
Internet: www.aikido-nrw.de

JIU-JITSU

Jiu-Jitsu Union Nordrhein-Westfalen e.V.

Geschäftsstelle
Benedikt Meinhardt
Bismarckstr. 32
42551 Velbert
Tel.: 02051 81718
Fax: 02051 81718
E-Mail:
geschaeftsstelle@jju-nw.de
Internret: www.jju-nw.de

JU-JUTSU

Nordrhein-Westfälischer Ju-Jutsu Verband e.V.

Geschäftsstelle
Ulrich-Brisch-Weg 1
50858 Köln
Tel.: 0221 9918005
Fax: 0221 9918007
E-Mail: nwjv@netcologne.de
Internet: www.ju-jutsu-nwjv.de

TAEKWONDO

Nordrhein-Westfälische Taekwondo-Union e.V.

Geschäftsstelle
Andreas Braun
Hindenburgstr. 28
51766 Engelskirchen
Tel.: 02263 903738
Fax: 02263 903739
E-Mail: office@nwtu.de
Internet: www.nwtu.de

GOSHIN-JITSU

Goshin-Jitsu Verband Nordrhein-Westfalen e.V.

Geschäftsstelle
Günter Tebbe
Breidter Str. 12
53797 Lohmar
Tel.: 02246 9493862
Fax: 02246 9493866
Mobil: 0178 2570650
E-Mail: g-tebbe@t-online.de
Internet: www.goshin-jitsu.de

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

Peter Rasche
Maxstr. 33
45479 Mülheim a.d. Ruhr
Tel.: 0208 4125926
Internet: www.djjb.de

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

Geschäftsstelle
Andreas Kress
Nordring 15
50765 Köln
Tel.: 0221 7405666
Fax: 0221 7409900
E-Mail:
Kress.andreas@t-online.de
Internet: www.dfjj.de

KARATE

Karateverband Nordrhein-Westfalen e.V.

Geschäftsstelle
Monika Assmann
Waldenburger Str. 21 b
44795 Bochum
Tel.: 0234 94429898
Fax: 0234 3386153
E-Mail: Kontakt@karateNW.de
Internet: www.KarateNW.de

Nordrhein-Westfälischer Taekwon-Do Verband e.V.

Geschäftsstelle
Wilfried Peters
Overgünne 241
44269 Dortmund
Tel.: 0231 8820091
Fax: 0231 8820091
Mobil: 0173 7253876
E-Mail: WilfriedPeters@aol.com
Internet: www.nwtdv.de

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

Antonio Deledda
Hasenfeld 41
52066 Aachen
Mobil: 0151 22647798
E-Mail: Deledda@t-online.de
Internet: www.ITF-NW.de

HAPKIDO

Nordrhein-Westfälischer Hapkido-Verband e.V.

Geschäftsstelle
Holger Becker
Hamborner Platz 2
33442 Herzebrock-Clarholz
Tel.: 0171 6812034
E-Mail:
vorstand@hapkido-nrw.de
Internet: www.hapkido-nrw.de

JUDO

Nordrhein-Westfälischer Judo-Verband e.V.

Geschäftsstelle
Postfach 10 15 06
47015 Duisburg
Friedrich-Alfred-Str. 25
47055 Duisburg
Tel.: 0203 7381-622
Fax: 0203 7381-624
E-Mail: info@nwjv.de
Internet: www.nwjv.de

KENDO

Nordrhein-Westfälischer Kendo-Verband e.V.

Thorsten Mesenholl
Metzmachersrath 43
42111 Wuppertal
Tel.: 0202 2721717
E-Mail:
thorstenmesenholl@freenet.de
Internet: www.nrwkendo.de

Landessachbearbeiter Kyudo
Reinhard Kollotzek
Benrather Str. 31 a
40721 Hilden
Tel.: 02103 53899
Tel.: 0211 9396333

WUSHU

Wushu Verband Nordrhein-Westfalen e.V.

Jürgen Schubert
Weberstr. 84
46049 Oberhausen
Tel.: 0208 849498
Fax: 0208 8483647
E-Mail: info@wushu-nrw.de
Internet: www.wushu-nrw.de

„Das habe ich beim Sport gelernt“

Zum zweiten Mal lud der Landessportbund seine Mitgliedsorganisationen zu einer Kommunikations- und Arbeitstagung in das Sport- und Tagungszentrum in Hachen ein. Inhaltlich standen die vier Programmschwerpunkte (Kinder, Gesundheit, Ältere und Spitzensport) sowie die Querschnittsaufgaben (Gender, Inklusion und Integration, Sportstätten/Umwelt und Bildung/Mitarbeiterentwicklung) im Mittelpunkt.

Allein die Vielfalt der Themen zeigt wie facettenreich sich der Sport mittlerweile entwickelt hat. Hier den Überblick zu behalten und sich in allen Bereichen gut aufzustellen, bedarf einer guten Organisation und Mitarbeiterführung – sowohl in der Hauptberuflichkeit als auch im Ehrenamt. Zentraler Faktor ist (und bleibt) dabei die Kommunikation. Auch deshalb sind solche Tagungen so sinnvoll und effektiv. Sportartenübergreifende und vereinsübergreifende Projekte werden nicht am Schreibtisch ausgeführt – hier gilt es miteinander ins Gespräch zu kommen, Ideen zu entwickeln, Ziele und Inhalte zu definieren, Planungen voranzutreiben und letztendlich umzusetzen. Dass dies nicht immer große Sportevents und Tagungen sein müssen, beweisen die zahlreichen kleineren Veranstaltungen im Sport.

In der jüngst durchgeführten Trainer B-Ausbildung „Bewegt ÄLTER werden mit JUDO!“ nahm ein Aikidoka teil. Dass ihm keine Lizenz ausgestellt werden konnte, war ihm nicht wichtig. „Move“ (Bewegen), „Learn“ (Lernen) und „Discover“ (Entdecken) waren die Beweggründe, warum er an der Ausbildung teilgenommen hat – ganz im Sinne der olympischen Bewegung, aus der diese drei zentralen Werte im Sport hervorgingen! Diese Werte sollten wir uns viel öfter vor Augen führen – gemäß dem Motto „Das und noch viel mehr habe ich beim Sport gelernt“.

Angela Andree

INHALT



Judo: Deutsche Meisterschaften **5**



Bewegt ÄLTER werden mit Judo **10**



Landesmeisterschaften G-Judo **18**



Hapkido: Int. Lehrgang **29**



Ju Jitsu: Lippe-Cup **35**



Taekwon-Do: Waffenlehrgang **42**

Kraft und Technik

Krafttraining, Teil 63 **23**
Koshiki-no-Kata:
Wurzeln des Kodokan-
Judo, Teil 3 **24**

Bestellschein **20**

Impressum **28**

Protokolle/
Ausschreibungen **45**

Verbände

Dachverband **4**

Judo **5**

NWDK **21**

Hapkido **29**

Jiu Jitsu Union **31**

DJJB NW **32**

DFJJ NW **34**

Ju Jitsu Verband **35**

Taekwon-Do Verband **42**

Wushu **43**

Titelseite: Deutsche Judo-Meisterschaften U 18 in Herne: Die spätere Deutsche Meisterin Hannah Schneider vom JC Hennef (rechts) im Viertelfinale der Klasse bis 57 kg gegen Emily Dennochweiler aus Heubach

Foto: Erik Gruhn



RUHR GAMES 15

Kampfsporttag im Rahmen der Ruhr Games 2015

Donnerstag, 4. Juni 2015

Erleben Sie die verschiedensten Facetten des Budo-Sports!

Der Dachverband für Budotechniken lädt im Rahmen der **Ruhr Games** zu einem Kampfsporttag ins CentrO nach Oberhausen ein. Interessierte Verbände und Vereine sind herzlich eingeladen, sich mit einer Budo-Demonstration zu beteiligen. Um den Besuchern ein möglichst breites Programm des Budo-Sports zu demonstrieren zu können, wäre es schön, wenn sich viele verschiedene Verbände an dem Kampfsporttag beteiligen würden. Die einzelnen Vorführungen sollten attraktiv gestaltet, musikalisch untermalt und eine Werbung für die jeweilige Budo-Sportart sein.

Interessierte Verbände und Vereine werden gebeten, sich spätestens bis zum **22. April 2015** beim Dachverband für Budotechniken NW, Angela Andree, Tel.: 02 03 / 73 81 - 6 27, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 27 oder E-Mail: angela.andree@budo-nrw.de zu melden.

Die Meldung sollte folgende Angaben beinhalten:

- Namen des Verbandes/Vereins/Gruppe
- ungefähre Anzahl an Teilnehmern/innen
- Art der Aktion
- Ansprechpartner/in mit vollständiger Adresse.

Sollten mehr Anmeldungen als Darstellungsmöglichkeiten eingehen, behält sich der Dachverband für Budotechniken die Auswahl der Vereine bzw. Gruppen vor.

Bitte beachten! Die Veranstaltung findet vor der Coca-Cola-Oase im CentrO in Oberhausen statt. Es wird eigens eine Mattenfläche (13 x 13 Meter) aufgebaut. Parkmöglichkeiten sind ausreichend vorhanden.





Deutsche Einzelmeisterschaften der U 18 in Herne

4 x Gold für Judokas aus NRW

Titel für Hannah Schneider, Alessio Murrone, Arman Araghinavaz und Jonas Pütz

Der DSC Wanne-Eickel war zum zweiten Mal in Folge Ausrichter der Deutschen Einzelmeisterschaften der U 18. Auf fünf Matten wurden im Sportpark Eickel die nationalen Titelträger ermittelt. Der NWJV belegte nach zwei Tagen mit insgesamt zwölf Medaillen (je 4 x Gold, Silber und Bronze) den zweiten Platz im Medaillenspiegel hinter Brandenburg (5/0/6). Dahinter platzierten sich die Landesverbände Hessen (2/2/3), Berlin (2/1/2) und Württemberg (2/0/3). Sieben fünfte und sechs siebte Plätze rundeten das gute Ergebnis ab.

Hannah Schneider vom JC Hennef gewann den Finalkampf der Klasse bis 57 kg gegen Jill Trenz aus Merzig. Die westdeutsche Vizemeisterin hatte zuvor drei Kämpfe gewonnen. Ebenfalls drei Kämpfe bis zum Endkampf absolvierte Alessio Murrone vom Judoteam Ostwestfalen (bis 46 kg) erfolgreich. Seinen Finalgegner Murray Lee Stein aus Berlin bezwang er bereits nach 53 Sekunden.

Arman Araghinavaz vom 1. JC Mönchengladbach stand nach vier Siegen im Finale der 66-kg-Klasse Lennart Behncke aus Bad Segeberg gegenüber. Nach knapp drei Minuten Kampfzeit hatte er sich die Goldmedaille gesichert. In der Klasse über 90 kg kam es zu einem



Alessio Murrone vom JT Ostwestfalen (rechts) im Finale der 46-kg-Klasse gegen Murray Lee Stein aus Berlin



Hannah Schneider gewann das Finale der Klasse bis 57 kg vorzeitig gegen Jill Trenz aus Merzig



Arman Araghinav vom 1. JC Mönchengladbach (links) gewann das Finale der 66-kg-Klasse gegen Lennart Behncke aus Bad Segeberg

reinen NRW-Finale. Jonas Pütz vom JC Asahi Stolberg setzte sich im Endkampf in einer Neuauflage des Finals der Westdeutschen Meisterschaften kurz vor Ende gegen Jonas Schreiber vom TV Freudenberg durch. Bei den Gruppenmeisterschaften war Jonas Schreiber erfolgreich gewesen.



Jonas Pütz vom JC Asahi Stolberg (in weiß) besiegte im Halbfinale der Klasse über 90 kg Marcel Röhr aus Leipzig

Maurice Nuckelt vom PSV Duisburg unterlag im Finale der Klasse bis 73 kg gegen Emil Kosjanik aus Frankfurt (Oder) und gewann Silber. Nach Niederlagen in den Endkämpfen konnten sich Pauline Sommerer vom JC Langenfeld in der Klasse bis 52 kg und Hannah Schatten vom TSV Bayer 04 Leverkusen in der Klasse bis 78 kg über den Gewinn der Silbermedaillen freuen.

Bronze sicherten sich Falk Biedermann (bis 46 kg), Lennart Goedecke (bis 60 kg) - beide von den Judo Crocodiles Büren -, Majed Baiazid vom 1. Godesberger JC (bis 81 kg) und Nora Bannenberg vom JC Langenfeld (bis 52 kg).

Fünfte Plätze belegten Eva Jungbluth vom TV Germania Mannheim (bis 48 kg), Stephanie Wirl vom FC Stella Bevergern (bis 52 kg), Jana Tillmanns vom 1. JC Mönchengladbach (bis 70 kg), Samira Bouizgarne vom 1. JC Mönchengladbach (über 78 kg), Daniel Vishnevskij vom 1. JC Mönchengladbach (bis 50 kg), Joshua Bader vom JC Wermelskirchen (bis 55 kg) und Falk Petersilka vom 1. Godesberger JC (bis 81 kg).

Auf siebte Plätze kamen Vanessa Fischer vom Shiai-Judo-Team Köln (bis 40 kg), Miriam Beitans vom PSV Herford (bis 52 kg), Anna Maria Freitag vom PSV Duisburg (bis 70 kg), Navid Jahangiri vom SSF Bonn (bis 43 kg), Jan Niklas Woischneck von den Judo Crocodiles Büren (bis 50 kg) und Peer Radtke vom 1. JC Mönchengladbach (bis 60 kg).

Text und Fotos: Erik Gruhn



Langenfelder Halbfinale in der Klasse bis 52 kg zwischen Nora Bannenberg (in weiß) und Pauline Sommerer



Pauline Sommerer vom JC Langenfeld (rechts) im Finale der Klasse bis 52 kg gegen Jana Ziegler aus Abensberg



Majed Baiazid vom 1. Godesberger JC besiegt im Kampf um Bronze in der Klasse bis 81 kg Arian Hellvoigt aus Berlin



Grand-Prix-Sieg für Szaundra Diedrich

Szaundra Diedrich vom JC Bushido Köln sicherte sich beim Grand-Prix in Tiflis (Georgien) die Goldmedaille in der Klasse bis 70 kg. Die Dritte der Junioren-Weltmeisterschaften von 2013 konnte an ihren Silber-Erfolg beim Heim-Grand-Prix in Düsseldorf anknüpfen und besiegte im Finale der 70-kg-Klasse Gévrise Emame aus Frankreich, zweifache Weltmeisterin und Dritte der Olympischen Spiele in London. Im Halbfinale hatte sich die 21-Jährige mit Yuko-Wertung gegen die zweifache Junioren-Weltmeisterin Barbara Matic aus Kroatien durchgesetzt.

Bronzemedailen erkämpften Miryam Roper in der Klasse bis 57 kg und Karl-Richard Frey in der Klasse bis 100 kg (beide TSV Bayer 04 Leverkusen).

Deutsche Einzelmeisterschaften der U 21 in Frankfurt (Oder)

Lara Reimann im Eiltempo zum DM-Titel - Benjamin Bouizgarne verteidigt seinen Titel

Mit vier Gold-, zwei Silber und vier Bronzemedailen kehrten die NRW-Judokas von den nationalen Meisterschaften der U 21 aus Frankfurt (Oder) zurück. Damit belegten die NWJV-Athleten Rang eins im Medaillenspiegel vor Bayern (2/3/3), Württemberg (2/2/4), Berlin (2/2/0) und Hamburg (2/0/1).

Mit einer Gesamtkampfzeit von sechseinhalb Minuten für fünf Kämpfe sicherte sich Lara Reimann vom PSV Duisburg den deutschen Meistertitel der U 21 in der Gewichtsklasse bis 63 kg. Im Finale benötigte die 18-jährige Jugend-Europameisterin des vergangenen Jahres nur eine knappe Minute, um sich gegen die Deutsche Meisterin der Frauen aus dem Jahr 2013 Rebecca Bräuninger aus Steinheim durchzusetzen.

Benjamin Bouizgarne vom 1. JC Mönchengladbach gelang in der Klasse über 100 kg mit vier vorzeitigen Siegen die erfolgreiche Titelverteidigung und der dritte DM-Titel bei der U 21 in Folge. Seine Vereinskameradin Jana Schmitz setzte sich im Finale der Klasse bis 44 kg gegen Melina Weber vom JC Hennef durch. Moritz Plafky vom JC Hennef gewann nach Bronze im Vorjahr in der Klasse bis 60 kg mit fünf vorzeitigen Siegen eindrucksvoll den Titel.

Sarah Mäkelburg von der Sportunion Annen, 2014 Dritte der Deutschen Meisterschaften U 18, erreichte mit vier vorzeitigen Siegen das Finale der Klasse bis 78 kg. Hier musste sie sich gegen Laura Donath vom JC Grenzach-Wyhlen geschlagen geben und holte damit Silber.

Bronzemedailen erkämpften Miriam Schneider vom JC Hennef, im Vorjahr Deutsche Meisterin in der 44-kg-Klasse, in der Kategorie bis 48 kg, Samira Bouizgarne vom 1. JC Mönchengladbach in der Klasse über 78 kg, Titelverteidiger Marcel Bizon vom 1. JC Mönchengladbach in der Klasse bis 66 kg und Johannes Frey vom TSV Bayer 04 Leverkusen in der Klasse bis 100 kg.

Auf fünfte Plätze kamen Hannah von Barany von Budo Sport Kaarst (bis 48 kg), Maxime Junghänel vom 1. JC Mönchengladbach (bis 66 kg) und Gabriel Berg vom TSV Bayer 04 Leverkusen (bis 81 kg).

Siebte Plätze belegten Maïke Riehl vom JC Hennef, Lena Wilkes vom JC 66 Bottrop (beide bis 52 kg), Daniel Wegner von SSF Bonn (bis 90 kg), Simon Schlichting vom FC Stella Bevergern (bis 55 kg), Tom Weyand vom Brühler TV (bis 100 kg) und Marcel Weinhold vom JC Hennef (über 100 kg).

Erik Gruhn

Lara Reimann vom PSV Duisburg gewann am ersten Tag der Deutschen Meisterschaften der U 21 in Frankfurt (Oder) die Goldmedaille in der Klasse bis 63 kg



Deutsche Einzelmeisterschaften 2015

Frauen U 18

bis 40 kg:

1. Lena Sophie Grulich, UJKC Potsdam
2. Sarah Ischt, MTV 1862 Vorsfelde
3. Maja Luisa Lenhard, TSV Großhadern
3. Laya Meister, Judo Club Wiesbaden
5. Helen Schneider, JSC Heidelberg
5. Lisa Hanke, ASC Göttingen
7. Vanessa Fischer, Shiai-Judo-Team Köln

bis 44 kg:

1. Mascha Ballhaus, TSV Glinde
2. Jana Gussenberg, Judo Crocodiles Osnabrück
3. Vanessa Schindler, Leipziger Sportlöwen
3. Jasmin Obergäßner, 1. FC Schwarzenfeld
5. Melissa-Dilan Avci, HT 16 Hamburg
5. Nina Herb, TV Kaufbeuren

bis 48 kg:

1. Annabelle Winzig, Homburger Turngemeinde
2. Sarah Herrmann, Budo Club Greffern
3. Seija Ballhaus, TSV Glinde
3. Blerina Seferi, HT 16 Hamburg
5. Lea Markloff, Homburger Turngemeinde
5. Eva Jungbluth, TV Germania Mannheim

bis 52 kg:

1. Jana Ziegler, TSV Abensberg
2. Pauline Sommerer, Judo-Club Langenfeld
3. Kim Altkorn, TSV Großhadern
3. Nora Bannenberg, Judo-Club Langenfeld
5. Stephanie Wirl, FC Stella Bevergern
5. Eliana Pielmeier, TSV Großhadern
7. Miriam Beitans, Polizei SV Herford

bis 57 kg:

1. Hannah Schneider, Judo Club Hennef
2. Jill Trenz, TV 1892 Merzig
3. Hannah Deliu, Judo-Team Hannover
3. Maike Wittekindt, SV Victoria Lauenau
5. Juliane Kreuter, SG Einheit Pankow
5. Franziska Vogl, TSV Abensberg

bis 63 kg:

1. Tarah Stumpp, Judo Sport Verein Tübingen
2. Greta Bolte, Judo Crocodiles Osnabrück
3. Dena Pohl, UJKC Potsdam
3. Leyla Saklak, Polizei-Sportverein Berlin
5. Antonia Freytag, TSV Großhadern
5. Luise Rasch, Judoverein Coswig

bis 70 kg:

1. Alina Böhm, Judozentrum Heubach
2. Alexandra Gantner, TSV Abensberg
3. Teresa Zenker, SV Halle
3. Marlene Galandi, UJKC Potsdam
5. Sophie Brendicke, Judo Club Großbeeren
5. Jana Tillmanns, 1. JC Mönchengladbach
7. Anna Maria Freitag, PSV Duisburg

bis 78 kg:

1. Isabel Ludwig, Ju-Jutsu/Judo Club Neuried
2. Hannah Schatten, TSV Bayer 04 Leverkusen
3. Christina Faber, Judo Club Wiesbaden
3. Liane Heinz, TSV Leinfelden
5. Paula Blume, KSC Asahi Spremberg
5. Johanna Girndt, Post SV Nürnberg

über 78 kg:

1. Renée Lucht, HT 16 Hamburg
2. Maxime Brausewetter, Erfurter Judo-Club
3. Ina Bauernfeind, TSV Altenfurt
3. Josephine Kamischke, PSG Dynamo Brandenburg
5. Hanna Rollwage, Judo in Holle
5. Samira Bouzgarne, 1. JC Mönchengladbach

Männer U 18

bis 43 kg:

1. Luc Meyer, KSC Asahi Spremberg
2. Justus Kruschke, Judo Club Geisenheim
3. Daniel Reimer, Budo-Club Karlsruhe
3. Felix Schönicke, Judo Club Großbeeren
5. Niclas Tobtschall, KiK Berlin
5. Severin Edmeier, Nippon 2000 Passau
7. Navid Jahangiri, SSF Bonn

bis 46 kg:

1. Alessio Murrone, Judoteam Ostwestfalen
2. Murray Lee Stein, PSV Olympia Berlin
3. Falk Biedermann, Judo Crocodiles Büren
3. Hannes Lange, Judoclub Leipzig
5. Lucas Hayn, Kraftsportverein Esslingen
5. Leon Wolf, Judo-Team Oberland

bis 50 kg:

1. Linus Zarse, UJKC Potsdam
2. Mirko Buhr, Blau-Weiss Hollage
3. Manuel Mühlegger, TuS Bad Aibling
3. Bennet Pröhl, UJKC Potsdam
5. Lucas Hermann, Budokan Brandenburg
5. Daniel Vishnevskij, 1. JC Mönchengladbach
7. Jan Niklas Woischneck, Judo Crocodiles Büren

bis 55 kg:

1. Patrick Görner, Judo Club Wiesbaden
2. Alexander Gabler, JC Rüsselsheim
3. Timo Acktun, PSV Schwerin
3. Fabian Görner, Judo Club Wiesbaden
5. Joshua Bader, JC Wermelskirchen
5. Kevin Müller, Judo-Sportverein Eilenburg

bis 60 kg:

1. Paul Hinrich, SC Lotos Berlin
2. Magomed-Selim Musaev, TSV Kronshagen
3. Lennart Goedecke, Judo Crocodiles Büren
3. Benjamin Bruder, Budo-Club Karlsruhe
5. Mahammad Nagiev, USC Magdeburg
5. Vadim Shenk, Jahn Nürnberg
7. Peer Radtke, 1. JC Mönchengladbach

bis 66 kg:

1. Arman Araghinavaz, 1. JC Mönchengladbach
2. Lennart Behncke, SC Tenri Bad Segeberg
3. Thilo Assmann, Judo in Holle
3. Anton Widlroither, VfL Sindelfingen
5. Jonas Kunstmann, Sport-Dojo Berlin
5. Daniel Stamm, DJK Aschaffenburg

bis 73 kg:

1. Emil Kosjanik, Judo-Club 90 Frankfurt (Oder)
2. Maurice Nuckelt, PSV Duisburg
3. Tobias Bergmeier, TV Kaufbeuren
3. Tom Meiling, VfL Sindelfingen
5. Emil-Johann Hennebach, Judoclub Leipzig
5. Kilian Ochs, UJKC Potsdam

bis 81 kg:

1. Tim Schmidt, UJKC Potsdam
2. Paul Pink, Judoverein Grimma
3. Ole Buth, Judo-Club 90 Frankfurt (Oder)
3. Majed Baiazid, 1. Godesberger Judo-Club
5. Arian Hellsvoigt, SV Berlin 2000
5. Falk Petersilka, 1. Godesberger Judo-Club

bis 90 kg:

1. Daniel Zorn, BC Randori Berlin
2. Kilian Schulz, Asia Sport Neubrandenburg
3. Jan Niklas Goldhammer, BAC 55 Hockenheim
3. Vladislav Gavrilov, SC Berlin
5. Ryan Antipow, JSV Kaiserslautern
5. Oliver Leins, TSB Ravensburg



Die Medaillen am zweiten Tag der DEM U 21 gewannen (von links nach rechts): Benjamin Bouizgarne, Miriam Schneider, Johannes Frey, Samira Bouizgarne, Sarah Mäkelburg, Melina Weber, Moritz Plafky, Jana Schmitz und Marcel Bizon

über 90 kg:

1. Jonas Pütz, Judo Club Asahi Stolberg
2. Jonas Schreiber, TV Freudenberg
3. Mario Güther, TSV Großhadern
3. Marcel Röhr, Judoclub Leipzig
5. Erik Abramov, UJKC Potsdam
5. Niklas Pelz, BC Randori Berlin

Frauen U 21

bis 44 kg:

1. Jana Schmitz, 1. JC Mönchengladbach
2. Melina Weber, Judo Club Hennef
3. Sandrine Métier, KSV Kippenheimweiler
3. Carina Treu, TSV 2000 Rothenburg
5. Vanessa Sander, Nordhausen

bis 48 kg:

1. Janina Teßmann, BC Samurai Berlin
2. Sarah Herrmann, Budo Club Greffern
3. Tanja Schmadel, Judokan Landau
3. Miriam Schneider, Judo-Club Hennef
5. Hannah von Barany, Budo Sport Kaarst
5. Jasmine Seifert, KSV Budokan Heiligenstadt

bis 52 kg:

1. Nieke Nordmeyer, TH Eilbeck
2. Ines Beischmidt, Judo Club Großbeeren
3. Patrycia Szekeley, FT 1844 Freiburg
3. Diana Süß, Homburger Turngemeinde
5. Paula-Uta Gredig, Judo-Sportverein Eilenburg
5. Rebecca Richter, KSV Kippenheimweiler
7. Maike Riehl, Judo-Club Hennef
7. Lena Wilkes, JC 66 Bottrop

bis 57 kg:

1. Theresa Stoll, TSV Großhadern
2. Pauline Starke, Judo-Team Hannover
3. Laura Ackermann, Judoclub Leipzig
3. Amelie Stoll, TSV Großhadern
5. Catrin Alena Schopper, JudoTeam Steinheim
5. Jennifer Vogel, Judo-Club 90 Frankfurt (Oder)

bis 63 kg:

1. Lara Reimann, PSV Duisburg
2. Rebecca Bräuninger, JudoTeam Steinheim
3. Thea Gercken, Judo-Club 90 Frankfurt (Oder)
3. Selina Dietzer, JSC Heidelberg
5. Anna Lachetta, MTV 1862 Vorsfelde
5. Sarah Grünewald, TSV Altenfurt

bis 70 kg:

1. Giovanna Scoccimarro, MTV 1862 Vorsfelde
2. Lisa Müller, Judoclub Leipzig
3. Lisa Dollinger, TV Kaufbeuren
3. Natalia Schauseil, SV 1883 Schwarz
5. Johanna Blietz, Judo-Club 90 Frankfurt (Oder)
5. Alina Böhm, Judozentrum Heubach

bis 78 kg:

1. Laura Donath, Judo-Club Grenzach-Wyhlen
2. Sarah Mäkelburg, Sport-Union Annen
3. Anja Gimbel, Kodokan Neuhof
3. Isabel Ludwig, JJC Neuried
5. Lisa Ludolph, Turnverein 1891 Babenhausen
5. Vivien Nosal, SpVgg. Blau-Weiß 90 Vetschau

über 78 kg:

1. Renée Lucht, HT 16 Hamburg
2. Michelle Goschin, BC Samurai Berlin
3. Josephine Kamischke, PSG Dynamo Brandenburg
3. Samira Bouizgarne, 1. JC Mönchengladbach
5. Jana Bauernfeind, SV-Neuhaus/Rothenbruck
5. Katharina Girmdt, Post SV Nürnberg

Männer U 21

bis 55 kg:

1. Fabian Häßner, VfL Sindelfingen
2. Maximilian Heyder, ASV Naisa Ellertal
3. Alexander Gabler, JC Rüsselsheim
3. Paul Schwisow, UJKC Potsdam
5. Patrick Görner, Judo Club Wiesbaden
5. Florian Pachel, Judoclub Leipzig
7. Simon Schlichting, FC Stella Bevergern

bis 60 kg:

1. Moritz Plafky, Judo-Club Hennef
2. Lukas Klemm, VfL Sindelfingen
3. Nikita Marat Pak, VfL Sindelfingen
3. Marcel Bizon, 1. JC Mönchengladbach
5. Alexander Sazin, Kraftsportverein Esslingen
5. Jan Mollet, DJK Eppenheim

bis 66 kg:

1. Leon Cedric Philipp, Sport-Club Itzehoe
2. David Karle, TSV Großhadern
3. Kai Klein, Judozentrum Heubach
3. Johannes Krischke, Kraftsportverein Esslingen
5. Maxime Junghänel, 1. JC Mönchengladbach
5. Schamil Dzavbatyrov, TSV Kronshagen

bis 73 kg:

1. Timo Cavelius, PTSV Hof
2. Jan-Hendrik Köhler, Judo-Team Hannover
3. Leon Maier, TSG Backnang
3. Tim Richter, Asia Sport Neubrandenburg
5. Marvin Agarius, HT 16 Hamburg
5. Niklas Thiem, Judoclub Leipzig

bis 81 kg:

1. Tom Görlitz, SC Berlin
2. Tim Gramkow, Crocodiles Hildesheim
3. Henrik Schreiber, Judo Crocodiles Osnabrück
3. Robert Uniewski, Judoclub Leipzig
5. Gabriel Berg, TSV Bayer 04 Leverkusen
5. Paul Pink, JV Grimma

bis 90 kg:

1. Sandro Makatsaria, Judo Sport Verein Tübingen
2. Tim Güther, TSV Großhadern
3. Sidney Jonathan Mai, 1. JT Heidelberg/Mannh.
3. David Tekic, TH Eilbeck
5. Fabian Galandi, UJKC Potsdam
5. Jan Weber, Judo-Team Hannover
7. Daniel Wegner, SSF Bonn

bis 100 kg:

1. Daniel Herbst, Judoclub Leipzig
2. Domenik Schönefeldt, Budokan Sonneberg
3. Raphael Schlegel, FT 1844 Freiburg
3. Johannes Frey, TSV Bayer 04 Leverkusen
5. Milot jusufi, VfL Sindelfingen
5. Danny Hanke, Judoclub Leipzig
7. Felix Herbst, SV Fun-Ball Dortelweil
7. Tom Weyand, Brührer TV

über 100 kg:

1. Benjamin Bouizgarne, 1. JC Mönchengladbach
2. Henrik Noack, PSV Olympia Berlin
3. Lukas Rollwaage, Judo in Holle
3. Marc-Alexander Fitzlaff, MTV 1862 Vorsfelde
5. Simon Schwertl, TV Landshut
5. Justin Hofmann, Bushido Amberg
7. Marcel Weinhold, Judo-Club Hennef

Programm „Bewegt ÄLTER werden mit JUDO!“ startet in das dritte Jahr

Mit diesem Motto startete der Nordrhein-Westfälische Judo-Verband 2013 in das Programm „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ „Aller Anfang ist schwer“ stimmte nicht, war das Thema doch nicht gänzlich neu und wurde bereits in der Vergangenheit in Aus- und Fortbildungen behandelt und diverse Artikel dazu veröffentlicht. Doch die Folgen des demographischen Wandels – niedrige Geburtenrate verbunden mit einer längeren Lebenszeit – sowie Veränderungen in der Schullandschaft, machten eine Neubesinnung auf das Thema zwingend notwendig. Sportvereine und -verbände, die sich nicht mit der Zielgruppe der erwachsenen und älteren Menschen beschäftigen, laufen Gefahr diese zu verlieren. Die Menschen, die eine Sportart als „life-time“-Sport betreiben, sind sehr selten geworden und im Judo sind es in der Regel diejenigen, für die Wettkampf und Leistung die treibenden Motive sind.

Schon 1976 stellte Wolfgang Hofmann in dem damaligen Fachorgan „Judo-Revue“ die Frage, „ob Judo eine Sportart nur für Kinder wird und den Anschluss an die Trimm-Bewegung verpasst?“ Seiner Meinung nach müssten in zwei Bereichen neue Überlegungen erfolgen „zum einen in der Selbstdarstellung und der Öffentlichkeitsarbeit und zum anderen bei der Gestaltung der Praxis auf der Matte“.

Einige Thesen, worin der relative Niedergang des Erwachsenen-Judo begründet liegt (laut Wolfgang Hofmann, 1976):

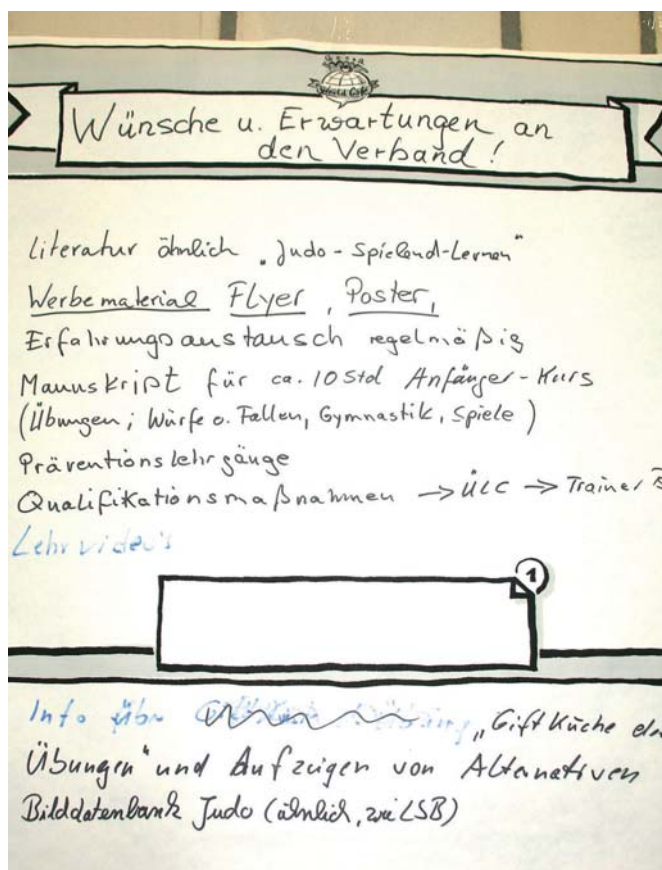
- der Selbstverteidigungsappeal des Judo hat stark abgenommen zugunsten von Karate,
- die Wirkung, die unser Wettkampfsport Judo und das, was man davon im Fernsehen sieht, ist auf den Laien, negativ („langweiliges Hin- und Hergerer!“),
- das traditionelle Judo-Training ist sehr intensiv und für sportlich untrainierte Menschen zu anstrengend,
- zu harte Matten, schlechte Fallschule und verkrampter Stil verursachen viele kleine Verletzungen, die zur Aufgabe des Judo führen.

Mittlerweile sind die Gedanken von Wolfgang Hofmann fast 40 Jahre alt – und immer noch aktuell. Doch das Wissen um die Sache führte und führt nicht automatisch zum Umdenken bei den Vereinen und Verbänden. Folglich haben wir uns (mit uns ist ein Arbeitsausschuss von insgesamt acht Personen gemeint) getroffen, diskutiert und nach mehreren Sitzungen einen Fahrplan entwickelt. In vier Themenfelder soll das Programm „Bewegt ÄLTER werden mit JUDO!“ in die Vereine getragen werden. Dabei galt und gilt es insbesondere die Vereine für das Thema zu sensibilisieren und mit ins Boot zu holen. Dann soll(ten) Programme und Angebote für die Zielgruppe der erwachsenen und älteren Judokas neu entwickelt und vorhandene überarbeitet werden. In einem dritten Schritt gilt es Ressourcen zu bündeln und Netzwerke zu schaffen (z. B. „Bewegungstreffs JUDO“). Der vierte (und vielleicht zentralste) Schritt gilt der Qualifizierung von Trainerrinnen und Trainern. Das Training muss attraktiv und zielgruppenorientiert gestaltet werden – und das gilt für alle Zielebenen! Die motorischen Ziele umfassen die Bandbreite von mobil sein (beweglich bleiben oder werden) über fit sein (Schwerpunkte: Gesund bleiben und fit sein) bis hin zum sportlich sein (mit den Zielen Leistung und Wettkampf). Die sozialen, kognitiven und affektiv/emotionalen Ziele unterscheiden sich nicht wesentlich von denen, die für den allgemeinen Trainingsbetrieb zählen. Nicht zu vergessen ist die Förderung der ehrenamtlichen Mitarbeit.

„Wir können den Wind des demographischen Wandels nicht verändern, aber die Segel so setzen, dass wir viele Küsten erreichen können.“



Judokas auf dem Vereins- und Verbandsforum





„In Bewegung“ – rund 150 Judokas nahmen an der Auftaktveranstaltung in Hennef teil

Die Kampagne startete mit einem Vereins- und Verbandsforum im Juni 2013 in Witten. Vorrangiges Ziel „die Vereine mit ins Boot zu holen“. Im November des Jahres 2013 wurde eine Auftaktveranstaltung für alle am Thema interessierten Judokas (Trainer, Athleten, Vereinsvertreter) durchgeführt. Ein Vortrag zum Thema „Demographischer Wandel – Herausforderungen und Chance für den Sport!“ wies in die Thematik ein, bevor in dem Referat „Gesund und ÄLTER werden mit JUDO!“ die motorische und psychische Verbesserung der Leistungsfähigkeit mit (oder „trotz“) Judo herausgestellt wurde. Die anschließende Diskussionsrunde unterstrich das Interesse der Teilnehmer an diesem Thema, welches in unterschiedlichen Praxis-Workshops vertieft wurde.

Konzipiert wurde in dem Jahr auch die Trainer-B (Modell)Ausbildung „Bewegt ÄLTER werden mit JUDO!“, welche in 2014 erstmalig durchgeführt wurde. Insgesamt 19 Judokas und ein Aikidoka nahmen an der Ausbildung teil. Im Rahmen der Ausbildung hatten sie die Aufgabe ein Angebot zum Thema „Bewegt ÄLTER werden mit Judo!“ zu planen, durchzuführen und vorzustellen. Die Ergebnisse übertrafen alle Erwartungen – es wurden tolle Projekte entwickelt, die an späterer Stelle vorgestellt werden.

„Euch allen noch mal ein dickes Dankeschön für die gemeinsame Zeit. Wir waren eine tolle Truppe und sehr aktiv und effektiv. Unsere Ergebnisse können sich sehen lassen, was auch der umfangreiche Bericht im Judo-Magazin deutlich macht. Allen eine angenehme Zeit und wir sehen uns im August 2015.“

Hans-Jürgen Krieghoff aus Hannover

Ein Leben lang beweglich bleiben: hier Rhythmisierung mit Judo-Techniken



19 Judokas aus 19 verschiedenen Vereinen und ein Aikidoka nahmen an der Trainer B-Ausbildung „Bewegt ÄLTER werden mit JUDO!“ teil

Mit dem Ziel, das Programm in allen Bezirken und größeren Kreisen vorzustellen, fanden drei Informationsveranstaltungen statt (Kreise Bonn und Südwestfalen sowie im Bezirk Detmold).



Aufwärmen mit dem Judogürtel:
Ziel: Förderung der Beweglichkeit,
Aufgabe: den Gürtel mit einer Hand binden



Wie geht es weiter?

Der Fahrplan für dieses Jahr beinhaltet vier kleine Aktionstage, auf denen das Programm „Bewegt ÄLTER werden mit JUDO!“ vorgestellt und in Praxisangeboten erprobt werden kann. Diese finden an folgenden Terminen statt:

Sonntag, 6. September 2015

Aachen (Referenten: Andreas Kleegräfe und Henning Schäfer)

Samstag, 26. September 2015

Beckum (Referenten: Elmar Schach und Carsten Stiller)

Sonntag, 25. Oktober 2015

Düsseldorf (Referenten: Uli Kreutz und Walter Trapp)

Sonntag, 8. November 2015

Lünen (Referenten: Andreas Kleegräfe und Ulla Ließmann)

Eine gesonderte Ausschreibung für jede Veranstaltung mit weiteren Informationen folgt.

Dazu werden drei Qualifizierungsmaßnahmen für die Zielgruppe des jungen und mittleren Erwachsenenalters angeboten:

LG 60/15

„Bewegt ÄLTER werden mit JUDO - sportlich, fit & mobil sein/werden!“ am **9. Mai 2015** in Welver zum Thema „Didaktik und Methodik im Anfängerunterricht“, Referenten: Uli Klocke und Malte Klocke

LG 61/15

„Bewegt ÄLTER werden mit JUDO - sportlich, fit & mobil sein/werden!“ am **14. Juni 2015** in Wuppertal zum Thema „Schulung der Kraft und Beweglichkeit mit ausgewählten Materialien für die Zielgruppe der erwachsenen Judokas - vom Einsteiger bis zum Fortgeschrittenen“, Referenten: Dirk Mähler und Marcus Temming

LG 62/15

„Bewegt ÄLTER werden mit JUDO - sportlich, fit & mobil sein/werden!“ am **22. August 2015** in Willich zum Thema „Schulung der Koordination und Fitness mit ausgewählten gymnastischen und judospezifischen Übungsformen - vom Einsteiger bis zum Fortgeschrittenen“, Referenten: Uli Kreutz und Uli Klocke

Ende August findet eine offene Trainer B-Fortbildung „Bewegt ÄLTER werden mit JUDO!“ in Hennef statt (**28.-30. August 2015**). Hier werden die Inhalte der Ausbildung des Jahres 2015 vertieft und es kommen natürlich neue Inhalte hinzu.

Zum Abschluss der Jahres 2015 ist ein großer Aktionstag am **17. November 2015** in Hennef geplant. Ähnlich wie vor zwei Jahren soll der Vormittag mit Vorträgen und einer Diskussionsrunde gestaltet werden und am Nachmittag werden den Teilnehmerinnen und Teilnehmern verschiedene Praxis-Workshops angeboten.

Parallel sollen weitere Angebote unter dem Aspekt „sportlich, fit & mobil sein/werden“ für die Zielgruppe der jungen Erwachsenen und die der mittleren Erwachsenen entwickelt werden. Generationsübergreifende Angebote gehören hier genauso dazu wie „fit for judo!“ - Angebote, um Neueinsteiger für Judo zu begeistern. Hier sollen Kurs-Konzepte entwickelt werden, die den Gesundheits- und Fitnessgedanken aufgreifen. Zudem sollen Judo-übergreifende Inhalte weiter vertieft werden, gleiches gilt für das Thema „Sicheres Fallen“ oder „Fallen vermeiden“ (Sturzprophylaxe bzw. Sturzprävention) sowie für Angebote zur Stärkung der Selbstsicherheit und Selbstverteidigung.

Ebenso wird die Vernetzung von Judo-Vereinen mit den Kreis- und Stadtsportbünden und weiteren Anbietern im Bereich „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ ausgeweitet werden.

Text: Angela Andree

Fotos: Angela Andree, Klaus Kessler und Ulrich Klocke



Der 1. Godesberger JC stellte sein generationsübergreifendes Konzept „Judo für Groß und Klein“ vor

Gewalt gegen Frauen – nicht mit uns!

Eine Aktion des DOSB
mit den Kampfsportverbänden
und Aktionspartnerinnen



DOSB | FRAUEN GEWINNEN!

„Starke Netze gegen Gewalt: Keine Gewalt gegen Mädchen und Frauen!“

Seit 2007 macht sich der Deutsche Olympische Sportbund zusammen mit den Kampfsportverbänden im Bereich der Prävention von Gewalt gegen Mädchen und Frauen stark. Verschiedene Aktionen fanden seitdem in den Vereinen und Verbänden statt, weitere Aktionspartnerinnen und Aktionspartner sind hinzugekommen.

Auch in diesem Jahr sind die Vereine aufgerufen sich an der Aktion zu beteiligen und ein Zeichen gegen Gewalt zu setzen. „Mädchen und Frauen zu stärken NEIN zu sagen, ihnen Rat zu geben, wo sie sich Hilfe holen können“ – ist ein Ziel, dass durch ein gezieltes Training, welches das Selbstbewusstsein stärkt, erreicht werden kann. „Selbstbewusst und STARK SEIN mit JUDO!“ könnte ein Motto sein, mit dem die Judo-Vereine in die Öffentlichkeit gehen.

Außerdem findet in diesem Jahr wieder ein Vereinswettbewerb „Starke Netze gegen Gewalt!“ statt, an dem Sportvereine, die sich im Rahmen der Aktion mit Aktionspartnern vernetzen und gemeinsam auf notwendige Hilfe- und Präventionsmaßnahmen aufmerksam machen, teilnehmen können. Einsendeschluss ist der **30. September 2015**. Alle Informationen zum Vereinswettbewerb sowie das Bewerbungsformular finden sich auf der Homepage des DOSB:

www.dosb.de/de/gleichstellung-im-sport/unsere-themen/aktion-gegen-gewalt/wettbewerb-starke-netze-gegen-gewalt/

Der **Nordrhein-Westfälische Judo-Verband** beteiligt sich ebenfalls wieder an der Aktion und veranstaltet am **23. August 2015** eine Lehrgang zur „**Stärkung des Selbstbewusstseins und der Selbstbehauptung durch JUDO!**“ Weitere Informationen und die Ausschreibung folgen in Kürze.

Trainer B-Ausbildung „Gewaltprävention“

Da passt es gut, dass der Deutsche Judo-Bund und der Nordrhein-Westfälische Judo-Verband in diesem Jahr wieder die Trainer B-Ausbildung „Gewaltprävention“ anbieten. Mit dem Wissen, dass einerseits die Sportart Judo bzw. der Judoka nicht frei von Gewalt sind, aber andererseits der Judosport ein großes Potenzial beinhaltet, um Konflikten vorzubeugen bzw. Lösungsstrategien zur Konfliktlösung anzubieten, wurde die Ausbildung ins Leben gerufen. Die Fähigkeit Grenzen setzen zu können, Wertevermittlung – die Judowerte nach außen zu transportieren – sowie Menschen grundsätzlich mit Respekt, unabhängig von Alter, Geschlecht, Kultur und Nationalität zu begegnen, sind im Judosport selbstverständlich.

Inhaltlich wird in der Ausbildung den Fragen nachgegangen, wie Gewaltbereitschaft entsteht und mit welchen Maßnahmen und Methoden dagegen gewirkt werden kann. Wie zeigen sich Provokation – Eskalation – Deeskalation und Konfliktlösungen (Letzteres u. a. mit Methoden der Streitschlichtung und Mediation). Wie können Konzepte, Strategien und Techniken entwickelt werden, um jungen Menschen zu helfen sich selbst zu behaupten, stark zu sein und Grenzen setzen zu können. Wie lässt sich die Kommunikationsfähigkeit verbessern? Und wie hilft geregeltes Kämpfen im Sport Aggressionen abzubauen und in positive Erlebnisse umzuwandeln? Die Zielgruppe, für die die Ausbildung konzipiert ist, sind Kinder im Alter von acht bis zwölf Jahren (ca. 3. bis 6. Klasse).

Informationen und Anmeldung: siehe www.nwJV.de (Qualifizierung/Lehrgangsdetails/LG 45/15)



Stärke zeigen!

Lerne Stress-Situationen zu meistern und taff aus dem Weg zu gehen!

Judo ist der Sport der Geist und Körper trainiert und Dir mehr Selbstvertrauen gibt. Nicht kämpfen, sondern siegen ohne zu kämpfen, ist das Ziel! Trainiere in den Vereinen des Deutschen Judo-Bundes.

Mehr über Judo unter:
www.judobund.de





Judo bei den Ruhr Games

Von der Action der Sportart Judo können sich die Zuschauer der Ruhr Games vom 4. bis zum 6. Juni 2015 im CentrO, Oberhausen überzeugen. Dort werden an drei verschiedenen Standorten Wettkämpfe ausgetragen. Auf dem Platz der Guten Hoffnung und dem Luise-Albertz-Platz finden die Vorrunden statt. Im Mitteldrom des CentrO werden anschließend die Finals ausgetragen. Neben den sportlichen Wettkämpfen wird es ein umfangreiches Mitmachangebot aus dem Bereich des Judo-Sports geben. Diese werden sowohl im Innen- als auch im Außenbereich des Einkaufszentrum angeboten. Neben den Schnupperangeboten wird es außerdem ein gemeinsames Crossover-Training mit den Parkour-Sportlern geben, die zur gleichen Zeit ihre Show im CentrO präsentieren.

Botschafterin Julia Friedrich

Unsere Botschafterin für Judo bei den Ruhr Games 2015 ist die 16-jährige Julia Friedrich aus Witten. Sie ist Mitglied der SUA Witten und hat 2014 den deutschen Meistertitel in ihrer Altersklasse gewonnen.



Auch im internationalen Vergleich schlägt sie sich erfolgreich. 2013 belegte sie beim Copa España de Vigo den dritten Platz.

Interview mit Julia Friedrich

Wer ist dein größtes Vorbild?

Ich habe keine Vorbilder, die bekannt bzw. berühmt sind. Jedoch orientiere ich mich an Menschen aus meinem Verein, die eine sehr schöne Art haben zu kämpfen, aber auch auf menschlicher Basis Vorbilder sind.

Führst du Rituale vor einem Wettkampf durch, was machst du in den letzten Minuten vor dem Wettkampf?

Ich rede intensiv mit meinem Trainer und dieser schüttelt mich und klopft mir auf die Arme, Beine und Gesicht, damit ich wach und aufmerksam bin.

An welchen sportlichen Projekten möchtest du gerne mal teilnehmen?

EM-Teilnahme mit dem A-Kader sowie die Qualifikation für die Europaliga in einem ausländischen Team.

An welchen sportlichen Projekten möchtest du gerne mal teilnehmen?

Da ich früher eher auf den Leistungssport fixiert war, erhoffe ich mir mit meinem ersten sportlichen Projekt, den Ruhr Games, einen Einblick in diesen Bereich und auch Möglichkeiten zu bekommen, weiterhin an solchen Projekten teilzunehmen.

RUHR GAMES 15



Wir alle haben die Bilder noch im Kopf! Im August 2014 lagen sich die deutschen Kämpferinnen und Kämpfer bei der Team-WM in den Armen und feierten den gemeinsamen Erfolg. Nun können alle Judoka in ganz Deutschland diese Emotionen spüren und erleben.

Der Deutsche Jugendpokal bietet die Möglichkeit, den Verein in den Mittelpunkt zu rücken. Fünf Judoka, ein Verein, ein Team! Das sind die Zutaten für das emotionale Highlight im Jugendbereich der U14 und U16 in diesem Jahr.

Egal ob ihr aus Niedersachsen oder dem Saarland kommt. Ob Bremen oder Bayern. Alle Landesverbände schicken drei Mannschaften zum großen Bundesfinale. Macht mit und meistert mit eurem Team den Landesentscheid in eurem Verband.

Unmöglich?! Sicher nicht! Ihr braucht nur:

- Mindestens drei Judoka in mindestens drei verschiedenen Gewichtsklassen
- Das Team besteht nur aus Mitgliedern eures Vereins
- Spaß am Kämpfen

Mehr braucht ihr nicht!

DEUTSCHER JUGEND- POKAL





Landesentscheid U16: 31. Mai 2015 in Duisburg
Landesentscheid U14: 26. September 2015 in Köln

Noch Fragen?

Wer kann mitmachen?

Altersklasse U16: Jahrgänge 2000, 2001, 2002

Altersklasse U14: Jahrgänge 2002, 2003, 2004

Welche Gewichtsklassen gibt es?

Altersklasse U16 weiblich: -42, -47, -53, -60, +60 kg

Altersklasse U16 männlich: -46, -52, -58, -66, +66 kg

Altersklasse U14 weiblich: -38, -44, -50, -57, +57 kg

Altersklasse U14 männlich: -37, -42, -48, -55, +55 kg

Gibt es ein Mindestgewicht?

Es gelten folgende Mindestgewichte:

Altersklasse U16 weiblich: 36,1 kg

Altersklasse U16 männlich: 40,1 kg

Altersklasse U14 weiblich: 32,1 kg

Altersklasse U14 männlich: 31,1 kg

Darf ich in einer anderen Gewichtsklasse starten?

Nein. Die Sportlerinnen und Sportler dürfen nur in der Gewichtsklasse ihres tatsächlichen Gewichtes starten.

Wo kann ich meinen Verein anmelden?

Zum Landesentscheid bei eurem Verband

Was ist, wenn ich nicht alle Gewichtsklassen besetzen kann?

Ein Start beim Deutschen Jugendpokal ist ab drei Sportlern möglich. Kampfgemeinschaften können nur im weiblichen Bereich gebildet werden. Eine Möglichkeit, Fremdstarter in die Mannschaften zu integrieren, besteht weder bei den Mädchen, noch bei den Jungen.

Wann geht es los?

Bundesfinale Altersklasse U16: 13./14. Juni 2015

Bundesfinale Altersklasse U14: 07./08. November 2015

Was bringt uns die Teilnahme?

- Teamgeist
- Identifikation mit meinem Verein
- Spaß am Kämpfen
- Ein tolles Event
- Jede Menge Erfahrungen für alle Judoka

Also: Macht mit und stellt euch der Herausforderung Deutscher Jugendpokal 2015! Frei dem Motto: Fünf Judoka, ein Team, ein Verein!

**DEUTSCHER
JUGEND-
POKAL**

Deutscher Jugendpokal für Mannschaften der U 16 - Landesentscheid NRW

Der Landesentscheid des Deutschen Jugendpokals für Mannschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 16 findet in Nordrhein-Westfalen am Sonntag, 31. Mai 2015 in Duisburg statt. Ausrichter ist der MSV Duisburg. Austragungsort ist die Sporthalle an der Westenderstraße.

Waage ist für die weibliche U 16 von 9:00 bis 9:30 Uhr, für die männliche U 16 von 12:00 bis 12:30 Uhr. Startberechtigt sind Judokas der Jahrgänge 2000, 2001, 2002. Eine Mannschaft besteht aus mindestens drei Judokas in mindestens drei verschiedenen Gewichtsklassen. Das Team besteht nur aus Mitgliedern eines Vereins. Kampfgemeinschaften aus zwei Vereinen können nur im weiblichen Bereich gebildet werden. Fremdstarter sind nicht zugelassen.

Die Gewichtsklassen:

U 16 männlich: -46 (Mindestgewicht 40,1 kg), -52, -58, -66, +66 kg

U 16 weiblich: -42 (Mindestgewicht 36,1 kg), -47, -53, -60, +60 kg

Die Judokas dürfen nur in der Gewichtsklasse ihres tatsächlichen Gewichtes starten.

Die Meldungen müssen bis spätestens 25. Mai an Verbandsjugendleiter Jörg Bräutigam, Bielefelder Str. 125, 44625 Herne, Tel.: 0 23 25 / 4 83 97, Fax: 0 23 25 / 94 00 17, E-Mail: Joerg.Braeutigam@nwjv.de geschickt werden. Das Meldegeld in Höhe von 60,00 € je Mannschaft muss auf das Konto des NWJV (IBAN: DE81360605910001900018, BIC: GENODE1SPE) überwiesen werden.

Die ersten drei Mannschaften qualifizieren sich zum Bundesentscheid am 13./14. Juni 2015 in Neuhoof (Hessen).

Edgar Korthauer als NWDK-Präsident wiedergewählt

Bei der Delegiertenversammlung des Nordrhein-Westfälischen Dan-Kollegiums (NWDK) in Bochum wurde Edgar Korthauer aus Essen als NWDK-Präsident wiedergewählt. Neuer Vizepräsident ist Wilfried Marx aus Düsseldorf, der die Nachfolge von Winfried Leo antritt, der sich nicht mehr zur Wahl stellte.

Vorsitzender des Rechtsausschusses bleibt Armin Quast. Als weitere Mitglieder wählten die Delegierten aus den Kreisen Prof. Dr. Marwan Hamdan, Dr. Michael Paridon, Roman Jäger und Martin Gräfe in den Rechtsausschuss.

Neue DJB-Jugendsprecher

Das Juniorteam des Deutschen Judo-Bundes (DJB) wählte neue Jugendsprecher. Die bisherigen Jugendsprecher Sandra Wolski und Dominik Brett stellten sich nicht erneut zur Wahl. Die neuen Bundesjugendsprecher sind Samira Rohn (Bayern) und Peter Wiese (Nordrhein-Westfalen), vertreten werden sie von Lucia Rohn (Bayern) und Fabian May (Nordrhein-Westfalen).

„Niederrhein Süd“ für „Krefeld“

Der Verbandsausschuss des NWJV hat dem Antrag der Kreisversammlung im Kreis Krefeld auf Umbenennung des NWJV-Kreises zugestimmt. Der NWJV-Kreis trägt ab sofort den Namen „Niederrhein Süd“.

Die Kreisversammlung am 6. November in Willich hatte sich mit 24 Ja-Stimmen, 7 Nein-Stimmen und 2 Enthaltungen für die Umbenennung ausgesprochen.

**WAS ICH SPÄTER
WERDEN WILL?
OLYMPIASIEGERIN
IN DEUTSCHLAND.**

Sportdeutschland freut sich über die Bewerbung um die Olympischen und Paralympischen Spiele 2024 in Hamburg.

sportdeutschland.de · facebook/sportdeutschland · #sportdeutschland



Feuer und Flamme
für Spiele in Hamburg

WIR SIND
SPORTDEUTSCHLAND

DSB



Landesmeisterschaften

Eine außergewöhnliche Veranstaltung in Köln

Zum zweiten Mal wurden die Landesmeisterschaften der G-Judokas in Köln ausgetragen. War die Veranstaltung schon im letzten Jahr außergewöhnlich brillant, so gelang es dem Ausrichter dies in diesem Jahr noch einmal zu toppen. Schon die Ankündigung der Veranstaltung in der Georg-Simon-Ohm-Sporthalle im Internet ließ Großes erwarten. Übertroffen wurde das Ganze aber von der professionellen Durchführung des gesamten Turniers. Das war allerdings auch nicht ganz überraschend, denn mit dem ehemaligen Weltklasse-Judoka Alexander von der Groeben wurde ein Moderator gefunden, den es sonst nur bei absoluten Weltturnieren gibt. Er kommentierte alle Kämpfe so judokompetent, dass auch die weniger über den Judoport informierten Zuschauer das Turnier mit Spannung verfolgen konnten.

Vor Wettkampfbeginn bot Benjamin Münch, Mitglied der Judo-Nationalmannschaft, ein gemeinsames Aufwärmprogramm für alle Athleten an. Die Bürgermeisterin der Stadt Köln Elfi Scho-Antwerpes und die Vizepräsidentin des Nordrhein-Westfälischen Judo-Verbandes Anna von Harnier eröffneten gemeinsam die Landesmeisterschaften. Selbst der Präsident des Deutschen Behindertensportverbandes, Friedhelm Julius Beucher ließ es sich nicht nehmen, der Veranstaltung beizuwohnen und seine Grußworte an die Judokas zu richten.

Mit einer kleinen Verspätung ging es endlich los. Gekämpft wurde auf drei Judomatten in drei unterschiedlichen Wettkampfklassen, eingeteilt nach Art und Schwere des Handicaps. In den einzelnen Gruppen trafen drei bis sechs Judokas aufeinander. Jeder musste gegen jeden kämpfen, kein Kämpfer schied vorzeitig aus, alle waren bis zum Ende dabei.

Die Landesmeisterschaften dienen einem Teil der Judokas zugleich als Überprüfung und Vorbereitung für die Internationalen Deutschen Meisterschaften, die am 9. Mai 2015 in Ludwigsburg ausgetragen werden.

Im ersten Wettkampfabschnitt kämpften die Judokas der Wettkampfkategorie II in 20 Gewichtsklassen über fast drei Stunden ihre Landesmeister aus. Alle Siegerehrungen der Wettkampfkategorie wurden von Alexander von der Groeben moderiert und von Nationalkämpfer Benjamin Münch durchgeführt. Nach der ersten Siegerehrung gab es noch ein besonderes musikalisches Highlight mit einem Spitzen-Duo.

Im zweiten Wettkampfabschnitt kämpften noch einmal über zwei Stunden ca. 100 Judokas in den Wettkampfklassen I und III um die zu vergebenden Landestitel. Während in der Wettkampfkategorie III homogene Gruppen mit drei bis sechs Kämpfern gebildet wurden, kämpften die Athleten der WK I in den DJB-Gewichtsklassen.



Fotos: Felix von Solemacher





Foto: Gabi Gramsch



DBS-Präsident Friedhelm Beucher (rechts) übergibt DJB-Präsident Peter Frese die Patenschafts Urkunde für die Landesmeisterschaften der G-Judokas in Köln

Nach Abschluss der zweiten Siegerehrung konnten sich alle Judokas noch einmal an dem umfangreichen Buffet stärken, das den ganzen Tag für die Kämpfer kostenlos zur Verfügung gestellt wurde. Die vielen leckeren Spezialitäten ließen diese eindrucksvollen Landesmeisterschaften würdig ausklingen. Der ganz besondere Dank aller G-Judokas gilt dem JC Bushido Köln und hier besonders Klaus Gdowczok und Alexandra Rossbach und ihrem Team. Was Klaus und Alex, zusammen mit ihren Mitstreitern, den G-Judokas aus NRW geboten haben, war überwältigend. Wir alle hoffen, dass wir ein solches Fest auch 2016 wieder in Köln erleben dürfen.

Dr. Wolfgang Janko



Die Bürgermeisterin der Stadt Köln Elfi Scho-Antwerpes (rechts) und die Vizepräsidentin des NWJV Anna von Harnier eröffnen gemeinsam die Landesmeisterschaften

Foto: Felix von Solemacher

Die Landesmeister im G-Judo

Wettkampfklasse 1

weiblich: -52 kg: Michaela Stutz (DJK Dülmen), +78 kg: Jennifer Zucht (Bayer Leverkusen).

männlich: -60 kg: Andreas Gramsch (Budokan Hünxe), -71 kg: Andre Conen (Bayer Leverkusen), -81 kg: Christian Brieler (LH Hamm), -90 kg: Timoa Karmasch (Budokan Hünxe), +90 kg: Wolfgang Trost (Bayer Leverkusen).

Wettkampfklasse 2

weiblich: -44 kg: Evin Celiktas, -55 kg: Stephanie Knopp (beide Bayer Leverkusen), -60 kg: Jasmin Siebelitz (Budokan Hünxe), -72 kg: Julia Zimmermann (LH Essen), +72 kg: Alexandra Brützmann (SCB Bocholt).

männlich: -38 kg: Dustin Lemm (Budokan Hünxe), -50 kg: Julius Jungwirth (TG Neuss), -58 kg: Justin Hagemeyer (DJK FSH Essen), -65 kg: Olivier Greday (Bayer Leverkusen), -68 kg: Lawrence Willschrei (LH Essen), -71 kg: Bastian Wind (Budokan Hünxe), -75 kg: Günter Plakowski (WfbM Duisburg), -83 kg: Victor Gdowczok (Köln), -90 kg: Dustin Hartmann (LH Hamm), -95 kg: Michael Glose (LH Essen), +95 kg: Phil Taraschinski (Lebenshilfe Hamm).

Wettkampfklasse 3

weiblich: -44 kg: Helen Zoe Stamm (Budokan Hünxe), -45 kg: Laura Schwiergolik (Bayer Leverkusen), -55 kg: Eva Maria Wolters (SBC Bocholt), -57 kg: Nilay Kececi (Budokan Hünxe), -63 kg: Fiona Heider (Bayer Leverkusen), -67 kg: Maria Köching (DJK Dülmen), -75 kg: Julia Ufers, -85 kg: Kathrin Hülsken (beide Bayer Leverkusen), +85 kg: Andrea Thomann (WfbM Duisburg).

männlich: -26 kg: Tarek Steverding (SCB Bocholt), -50 kg: Kai-Philipp Gilles (Essen), -56 kg: Enes Göktas (Budokan Hünxe), -58 kg: Jonah Keldermann (LH Essen), -63 kg: Marvin Koskamp, -71 kg: Abeln Philipp, -86 kg: Christoph Vriesen, -95 kg: Daniel Geuting, +95 kg: Dominik Schepers (alle SCB Bocholt).



Foto: Gabi Gramsch

Zu Besuch bei den Rheinland Open

Rund 350 Starter aus 70 Vereinen nahmen an zwei Tagen in den Altersklassen U 15, U 18, Frauen und Männer an der elften Auflage der Rheinland Open in der Mönchengladbacher Jahnhalle teil.

Der Präsident des Ausrichters Erik Goertz (rechts) begrüßte neben der Matte die Rallye-Fahrerin Eve Wallenwein und den Olympia-Dritten von London Andreas Tölzer, der inzwischen Vizepräsident des 1. JC Mönchengladbach ist.

Foto: Christian Schiebl



<p>der budoka ISSN 0948-4124</p> <p>An den Dachverband für Budotechniken Nordrhein-Westfalen e.V. Geschäftsstelle Postfach 10 15 06 47015 Duisburg</p>	Bestellschein	
	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 € (Bezugsjahr ist das Kalenderjahr). Die Kündigung des Abos ist mit einer Frist von sechs Wochen zum Ende des Kalenderjahres möglich.	
	Name:	Vorname:
	Straße/Hausnr.:	
	PLZ:	Wohnort:
	E-Mail:	
	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	Rechtsverbindliche Unterschrift	

Hurra! Prüfung bestanden!

Auf 19 Judokas wartete am 14. März eine harte Prüfung in Münster. Sie wollten ihren nächst höheren Dan bestehen. Umfänglich fragten die zwei Prüfungskommissionen Können und Wissen der Anwärter ab und stellten am Ende des Tages zufrieden fest: Alle haben bestanden.

Eine der wichtigsten Regeln bei einer Dan-Prüfung lautet: Nur nicht die Nerven verlieren! Natürlich ist die Nervosität groß, man darf sich aber nicht von ihr beherrschen lassen. Gerade bei der Kata muss man sich an diese Devise halten. Denn nicht jede Technik wird glücken. Vielleicht misslingt ein Teil sogar ganz. Jetzt heißt es: durchatmen, Fehler abschütteln und weitermachen.

Auch beim Restprogramm bringt einen Ruhe und Gelassenheit weiter; besonders wenn man vor den Prüfern im theoretischen Teil Rede und Antwort stehen muss. Unerwartete Fragen oder gar ein Blackout sind die Horrorvision eines jeden Prüflings, ein Weltuntergang allerdings nicht. Es rät sich, sich auf das zu besinnen, was man weiß und vielleicht so wieder zurück ins Spiel zu finden. Bei der Prüfung in Münster ist allen Teilnehmern dieses Kunststück gelungen. Sie bestanden die Prüfung:

zum 1. Dan: Sebastian Schneider, Eike Gansäuer, Dirk Siebigtheroth, Thomas Rose, Nina Grabowski, Britta Nardmann, Christian Schnitzler, Katharina Becker, Sandra Meißner, Stefan Veith, Christof Duhme, Michael Isbach, Lars Reißberg und Sebastian Scheck;

zum 2. Dan: Lars Bathen, Bernd Reifers, Lisa Paris und Wiebke Kaziur;

zum 4. Dan: Martin Zackor

Die Prüfer: Heinz Aschhoff, Dieter Münnekhoff, Andre Otte, Manuel Minkwitz, Sascha Schmidt und Martin Gräfe.

Text: Silke Schramm
Foto: Wolfgang Thies



Dan-Prüfung auf der Wewelsburg

Die Sportskameraden feierten, die Prüflinge waren stolz. Da alle Dan-Anwärter auf der Wewelsburg bestehen konnten, herrschte nach der Prüfung große Euphorie.

Nach einer Woche intensiver Vorbereitung auf der Burg mit etlichen Trainingseinheiten traten 23 Judokas zur Dan-Prüfung an. Wie üblich wollten die meisten den Sprung vom 1. Kyu zum 1. Dan schaffen. Neun Mal sahen die zwei Prüfungskommissionen deshalb die Nage-nokata. Acht Aspiranten wollten die Prüfung zum 2. Dan bestehen und sechs hatten sich für den 3. Dan angemeldet.

Die Prüfer waren vorwiegend mit der Vorführung der Kata zufrieden. Nur bei einigen Paaren schlichen sich hier und da einige Schwächen und Wackler ein. Diese Fehler galt es beim Restprogramm wieder auszubügeln. Aber auch diejenigen, die bei der Kata eine solide Leistung gezeigt hatten, mussten jetzt noch einmal konzentriert eine gute Leistung abliefern. Glücklicherweise gelang allen dieses Kunststück.

zum 1. Dan: Klaus-Peter Schiffer, Rica Gerdemeyer, Basaran Taran, Johann Ott, Daniel Streich, Matthias Alex, Nadine Fausten, Hans-Peter Schliebs und Julian Hölzenbein;

zum 2. Dan: Florian Müller, Nicole Wehmeier, Daniel Weidlich, Jörg Zimmermann, Ralf Engemann, Hermann Eratz, Lasse Schulte und Lars Wegner.

zum 3. Dan: Sebastian Schmidt, Corinna Durchfeld, Diana Thomas, Jörg Beier, Michael Hiller und Ingo Hollmann

Die Prüfer: Heinz Aschhoff, Rainer Andruhn, Silke Schramm, Harald Kletke, Heinz-Georg Berndt und Birgit Andruhn.





Äthiopische Judokas mit Anzügen aus Büttgen

Judo in Afrika – ein Thema, mit dem sich die Judokas des VfR Büttgen intensiv auseinandergesetzt haben. Welchen Sinn hat es, ausge-rechnet Judoanzüge nach Afrika zu spenden – eine Frage, die wäh- rend der Sammelaktion häufig gestellt wurde.

„In den Diskussionen wurde aber schnell klar, dass wir alle etwas benötigen, bei dem wir die Sorgen des Alltages ausblenden können. Viele von uns können das beim Sport, und die Mitglieder unserer Abteilung eben beim Judo. Und da lag es plötzlich sogar nahe, die Ambitionen der äthiopischen Judokas zu unterstützen“, berichtet Ab- teilungsleiter Herbert Thora.

Und so konnten die über 20 Judo-Fans des VfR Büttgen die Sammel- aktion des DJB beim Judo-Grand-Prix in Düsseldorf um 25 Judoan- züge in allen Größen bereichern. „Wir denken, dass wir damit eine wirklich gute Sache unterstützt haben und bedanken uns natürlich bei den Judokas des VfR Büttgen, die ihre Anzüge zur Verfügung gestellt haben!“, so Herbert Thora.

„Yawara“ und Stadt Lippstadt unterstützen Landesinitiative

„Sport für Flüchtlinge in NRW“ nennt sich ein Projekt des Lan- dessportbundes. Ein schlichter Name für eine Maßnahme, die doch viel bewirken kann, wie die Zusammenarbeit zwischen dem Deutsch- Japanischen Verein Yawara Lippstadt als Initiator und dem städti- schen Fachdienst für Soziales, Integration und Flüchtlingsarbeit zeigt. Die beiden Kooperationspartner beteiligen sich im Rahmen der NRW-Initiative mit einem Judo-Angebot, an dem derzeit bis zu 20 Kinder im Alter von fünf bis zwölf Jahren teilnehmen.

Die kleinen Sportler sind mit großem Eifer, vor allem aber mit viel Spaß bei der Sache. Beim gemeinsamen Üben der Judo-Tricks wird viel gelacht und so sind auch die Sprachbarrieren rasch überwunden. Viel zu schnell geht das Training immer vorüber. Das finden nicht nur die Kinder, auch Fachdienst-Mitarbeiterin Dagmar Adams und Judotrainer Stefan Großkreuz freuen sich jedes Mal schon auf die Fortsetzung.

Das Angebot versteht sich als ein Beitrag für ein respektvolles Zu- sammenleben. Es möchte besonders Kindern, für die das Verlassen der Heimat oft eine traumatische Erfahrung ist, das Gefühl geben in unserer Gesellschaft willkommen zu sein.

Stefan Großkreuz



Hans Rutkowski – eine Legende hat uns verlassen

Im Alter von 80 Jahren verstarb Hans Rutkowski Mitte März an den Folgen eines Herzinfarktes. Düsseldorf trauert und ist betroffen. Er selbst stand bis zuletzt auf der Judomatte seines geliebten Vereins SC Budokan in Düsseldorf. Die legendäre Sportschule an der Bahnstrasse musste in den 80igern aufgegeben werden. Danach zog es den brillanten Judoka nach Gerresheim in das Sportcenter Cosmossports.

Hans Rutkowski, ausgebildeter Judolehrer, Trainer A und Träger des 5. Dan Judo und des 7. Dan Jiu Jitsu erzielte seit den 70iger Jahren mit seinen Judokas bis hin auf höchste deutscher Ebene zahlreiche Einzel- und Mannschaftstitel. Seine Erfahrungen und Kenntnisse als Ausbilder im Personenschutz während der RAF-Krise zeigte er auf den vielen seiner SV-Lehrgänge für den Judosport. Diese Lehrgänge waren jedes Jahr ein Highlight in Düsseldorf. Aus ganz NRW und den benachbarten Bundesländern kamen die Sportler zu genau diesen Lehrgängen.

Er selbst vermittelte immer in seiner ausgesprochen ruhigen und sachlichen Art untermauert mit vielen bildlichen Erläuterungen Judotechniken und Judowerte. Besonders hervorzuheben ist sein Einsatz bei der Danvorbereitung über 40 Jahre in Düsseldorf. Jeder kannte ihn und jeder schätzte ihn. Für diese Tätig- keit wurde er im Rahmen seiner Dan-Prüfer-Tätigkeit in Düsseldorf-Grevenbroich mit der Ehrennadel des NWDK ausgezeichnet. Ebenso entschied er bis zu seinem 60. Geburtstag als Bundeskampfrichter Kämpfe mit großem Sachverstand, Fairness und Fingerspitzengefühl.

Wilfried Marx

Krafttraining, Teil 63

Dynamischer Kurzhantelzirkel

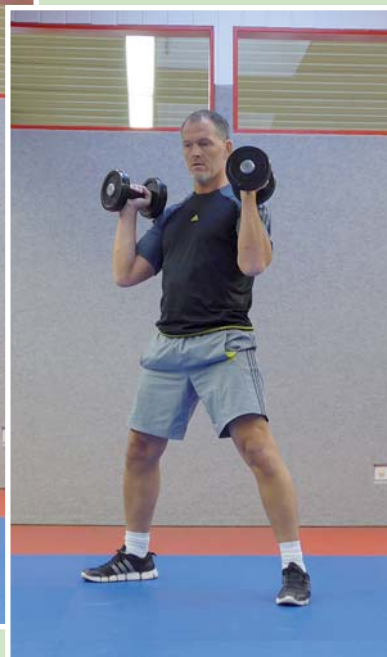


1. Kurzhantelschwingen (Swing)

Kurzhanteln durch dynamischen Einsatz der Hüft- und Beinmuskulatur nach oben schwingen. Rücken gerade halten und Kurzhanteln bis auf Augenhöhe schwingen.

2. Waagrechtes ziehen (Face Pulls)

Dynamisches Strecken der Beine und Hochziehen der Kurzhanteln in Richtung Gesicht.



3. Umsetzen (Dumbbell Clean)

Leicht in die Hocke gehen und sich durch gleichzeitiges Aktivieren der Bein- und Rückenmuskulatur aufrichten. Durch Ausnutzen des Schwungs die Ellenbogen unter die Hanteln auf Schulterhöhe bringen. Aus dieser Haltung die Hanteln wieder absenken, nach vorne beugen und die Knie anwinkeln.

Explosive Ausführung!

Hier gibt es den Videoclip zu dieser Folge:



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

Alle Übungen starten aus der gleichen Ausgangsposition!

Alle drei Übungen werden ohne Pause nacheinander ausgeführt. Wiederholungen 10-15 oder 10/8/6/4/2 und dann wieder 2/4/6/8/10

Viel Erfolg!

Koshiki-no-Kata: Wurzeln des Kodokan-Judo

von Wolfgang Dax-Romswinkel

Folge 3: Beginn der Kata und die erste Technik „Tai“



Auf diesem berühmten Gemälde, das eine Szene aus den 1880er Jahren zeigen soll, ist deutlich zu sehen, dass mit aufgestellten Zehen angegrüßt wird.

Geschichte der Form des Angrüßens im Kodokan Judo

Augenfällig ist das Angrüßen bei der Koshiki-no-Kata im Vierfüßlerstand anstelle des normalen Angrüßens im Kniesitz. Dies wird mit der Idee begründet, dass Tori und Uke eine schwere Rüstung tragen würden und deshalb nicht im Kniesitz angrüßen könnten. Wie verhält es sich eigentlich historisch damit? Wie sah eigentlich das Angrüßen in der Anfangszeit des Judo aus?

Es gibt die Legende, dass das typische Abknien zuerst mit links, dann mit rechts, dadurch begründet ist, dass die Samurai links ihre Schwerter trugen und ihnen diese Form des Abknien ermöglicht habe, jederzeit ihr Schwert zu ziehen. Dies stimmt so allerdings nicht. Taucht man ganz tief in die Geschichte in, stellt man fest, dass die Etikette der japanische Kriegskünste von einer Schule von Reitern und Bogenschützen geprägt wurde (Ogasawara-ryu).

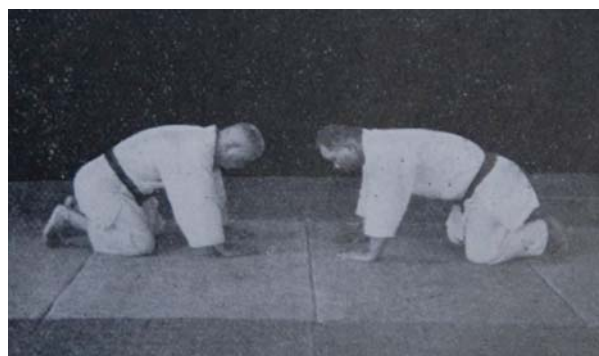
Bedeutung des Verbeugens im Kodokan-Judo und im traditionellen Jujutsu

Naoki Murata, „Chef-Historiker“ des Kodokan, führt in einem Referat aus, dass der Sinn des Angrüßens im Kodokan-Judo darin liege, Respekt und Achtung vor dem Partner auszudrücken. Dies sei ein wesentlicher Teil einer Haltung des gemeinsamen Übens. Im Tenjinshinyo-ryu Jujutsu dagegen, wäre das Verbeugen das Startsignal für den Kampf gewesen, bei dem man sich keine Nachlässigkeiten bis zum erneuten Abgrüßen erlauben dürfe.

Unterschiede des Verbeugens im Kodokan-Judo und im traditionellen Jujutsu

Bei der Ausführung des Abknien gab es drei verschiedene Varianten: links-rechts (Saza-uki), rechts-links (Uza-saki) und gleichzeitig (Hira-nokamae). Der Kodokan wechselte seine offizielle Form von Uza-saki (rechts-links) nach Saza-uki (links -rechts) übrigens erst während des Zweiten Weltkriegs.

Historische Formen des Angrüßens finden wir auf alten Malereien - wie oben - und in alten Büchern - wie unten.



Diese etwa im Jahr 1915 entstandene Aufnahme entstammt einer Veröffentlichungsreihe über die Judo-Kata. Deutlich ist zu sehen, dass wie in der heutigen Koshiki-no-Kata angegrüßt wurde. Diese Form wurde damals bei allen Kata praktiziert!

Diese Art des Angrüßens wurde in zahlreichen Veröffentlichungen von Kano und seinen direkten Schülern als „informelle“ Form bezeichnet und auch für das Randori zugelassen.

Inwieweit hier bei der Koshiki-no-Kata eine in der Vorkriegszeit allgemein übliche Form des Angrüßens überlebt hat oder (und?) hier in der Tat die Form des Angrüßens auf das Tragen einer Rüstung zurückgeht, muss offen bleiben.

Jigoro Kano selbst grüßt mit seinem Partner Y. Yamashita bei der berühmten und als Film festgehaltenen Vorführung aus dem Jahr 1931 übrigens im Stehen an.

(Quelle: Na. Murata: Transitions within Judo-Etikette, o.J.)

Beginn der Koshiki-no-Kata



Tori - von Shomen aus gesehen links - und Uke stehen sich im Abstand von etwa sechs Metern gegenüber (jap. Maß ca. 5,5m)



Beide machen eine Vierteldrehung zu Shomen (dem Ehrensitz) und grüßen in korrektem Kodokan-Stil an (Fersen geschlossen, Rücken/Nacken gerade, Handflächen auf den Oberschenkeln, Fingerspitzen an der Oberkante der Kniescheibe)

Danach drehen sich beide wieder zueinander, die Füße sind nun aber nicht mehr geschlossen, sondern bereits schulterbreit. Beide gehen in die Hocke, setzen erst das linke, dann das rechte Knie auf der Matte auf. Der Rücken bleibt aufrecht. Beide lassen sich nach vorne kippen und grüßen auf diese Weise im Vierfüßlerstand zueinander an.



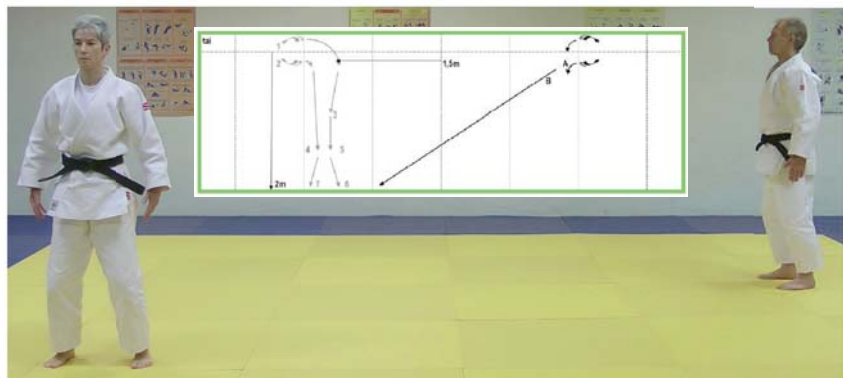
Danach stehen beide in umgekehrter Prozedur wieder auf. Der Rücken soll dabei stets aufrecht bleiben.

Tori und Uke machen sich endgültig von unnötigen Gedanken frei, atmen tief ein, sammeln Kraft und machen einen großen Schritt links rechts nach vorne und stehen mit schulterbreitem Stand in Shizentai. Der Rücken bleibt dabei gerade, die Arme und Schultern sind locker, bewegen sich aber nicht mit.

Bis dahin haben Tori und Uke alles synchron gemacht. Uke bleibt nun stehen, während sich Tori mit einer Vierteldrehung auf dem rechten Fuß zu Shomen dreht und links - rechts - links nach vorne geht.



Nach diesen drei kleinen Schritten bleibt Tori stehen, die Füße sind etwas enger als schulterbreit. Er sammelt sich erneut innerlich, atmet tief ein und macht einen weiteren Eröffnungsschritt (links-rechts). Nunmehr steht er mit etwa schulterbreiten Füßen in Shizentai und erwartet Ukes Angriff.



Uke ist derweil auf seiner Position stehengeblieben. Tori ist insgesamt knapp zwei Meter von der Kataachse in Richtung Shomen gegangen. Der horizontale Abstand zwischen Tori und Uke ist nun knapp vier Meter. Beide sind nach außen körperlich und geistig vollkommen unbewegt, jedoch vorbereitet, auf alle Ereignisse spontan reagieren zu können. Irgendwann dreht sich Uke ruhig zu Tori, geht auf ihn zu und greift an.

1. Technik: „Tai“

Ohne Bild: mit dem linken Fuß beginnend geht Uke in Richtung Tori und nähert sich diesem von schräg-hinten (ca. 30°). Im Normalfall benötigt er sechs Schritte, bis sein rechter Fuß genau vor Ukes linkem Fuß zum Stehen kommt.



Mit beiden Händen greift Uke Toris Gürtel auf dem Bauch und auf dem Rücken. Gleichzeitig bringt er sein Hüfte eng an Toris linke Seite. Wichtig: mit seinem Körper klemmt er Toris Arm zwischen den beiden Körpern ein. Während dieser Kontaktaufnahme bringt Uke seinen linken Fuß in Richtung von Toris rechtem Knie. Wichtig: während des Angriffs muss Uke so viel Kontakt wie möglich halten.

Uke greift Tori nun mit einem Hüftwurf an. Dazu schwingt er sein linkes Bein im Halbkreis um den rechten Standfuß, bringt seine Hüfte vor Tori und zieht ihn mit beiden Händen auf seine Hüfte (Details siehe gegenüberliegende Seite). In dem Moment, in dem sich Ukes Hüfte vor Toris Hüfte schiebt, geht zwangsläufig die Kontrolle über Toris Arm verloren. Tori bringt in diesem Moment seinen Arm auf Ukes Rücken und folgt mit einem Schritt mit dem linken Fuß Ukes Zug in Richtung von dessen Hüfte. Seine rechte Hand setzt Tori auf Ukes linke Brustseite.



Tori befindet sich nun schräg hinter Uke. Toris Oberkörper ist aufrecht, seine linke Hand zieht Uke eng auf seine Hüfte. Durch den großen Schritt in den Rücken von Uke ist dieser nach schräg hinten aus dem Gleichgewicht gebracht worden. Uke versucht nun, sich aufzurichten und sich zurückzudrehen. Tori verhindert dies, indem

er mit mehreren (ca. drei bis fünf) Tsugi-ashi-Schritten immer weiter diagonal hinter Uke geht. Uke hat keine andere Wahl als rückwärts zu gehen, versucht jedoch energisch, wieder ins Gleichgewicht zu kommen. Schritt für Schritt wird aber sein Gleichgewicht stärker gebrochen, bis Tori den finalen Wurf ansetzen kann.



Nachdem Tori realisiert hat, dass Uke sich nicht mehr verteidigen kann, blockiert er mit seinem linken Oberschenkel Toris rechten Oberschenkel, schiebt mit seiner Hüfte weiter nach schräg-hinten, kniet sich auf das linke Knie ab und gibt Uke für die Fallübung

frei (diese haben wir in der letzten Folge ausführlich beschrieben). Während der gesamten Aktion bleibt Toris Oberkörper senkrecht und darf nicht ins Wanken geraten.



Nachdem Tori Uke den Weg für die Fallübung freigemacht hat, stellt er sein linkes Knie seitlich aus. Bei einer „echten“ Technikausführung hätte er Ukes Rückgrat über dieses Knie gebrochen.



Das ist die eigentliche Wurfabsicht: Tori will Uke das Rückgrat brechen.

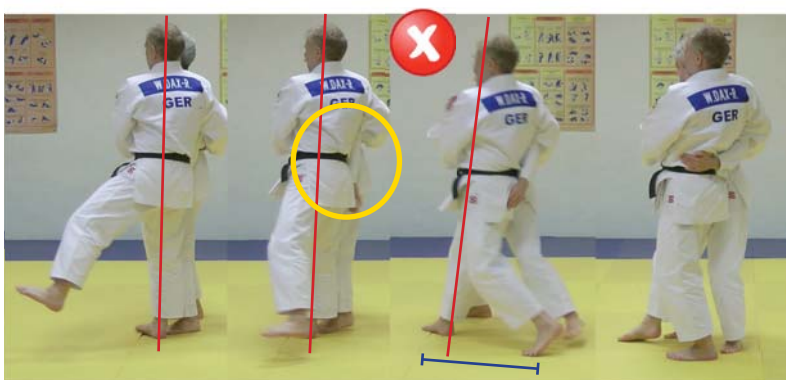
Wichtige Punkte und häufige Fehler

Tai sieht zwar einfach aus, ist jedoch eine extrem komplexe und schwierige Technik. Letztlich steckt in ihr alles, was eine komplexe Judo-technik ausmacht. Zwei besonders markante Punkte sollen dies verdeutlichen.

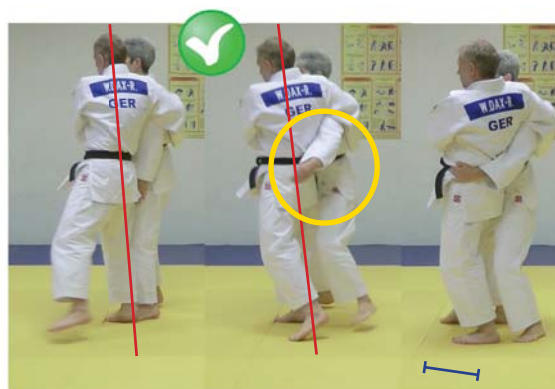


Werfen wir einen Blick auf die beabsichtigte Wurftechnik. Uke benutzt sein linkes Bein als Schwungmasse, um sich schnell und kraftvoll drehen zu können. Die ursprüngliche Angriffsposition war von schräg-hinten. Zu Beginn des Wurfansatzes haben beide Hüften seitlichen Kontakt. Auf dem zweiten Bild ist recht gut zu erkennen,

wie Toris linker Arm eingeklemmt ist. Uke schiebt nun seine Hüfte vor Toris Hüfte, ähnlich einem Uki-goshi. Mit beiden Händen zieht er Tori am Gürtel auf seine Hüfte auf und will werfen (Anmerkung: hier wurde mit ihrer rechten Hand Ukes Ärmel gefasst, da der Fall ansonsten gefährlich wäre).



Diese Bilder zeigen einen kapitalen, aber sehr häufig zu sehenden Fehler. Uke schwingt sein Bein zum Hüftwurf, bringt aber seine Hüfte nicht nach vorne und kann so unmöglich mit einem Hüftwurf angreifen. Da sich Uke von alleine nach hinten kippen lässt, kann Tori leicht mitgehen ohne auch nur ansatzweise Ukes Gleichgewicht zu brechen. Untrügerisches Kennzeichen dieses Fehlers ist der lange Schritt von Uke.



Hier die korrekte Form: Uke bringt die Hüfte nach vorne und hat im Moment des Angriffs noch keine Rücklage. Tori geht aktiv hinter Ukes Hüfte und bricht das Gleichgewicht. Ukes Schritt nach hinten ist deutlich kürzer.



Ein weiterer grober Fehler ist das fehlende Blockieren des Oberschenkels vor dem Abwurf. Oben die korrekte Form. Unten sieht man, dass a) kein Hüftkontakt besteht und dass b) Uke leicht mit dem rechten Fuß nach hinten gehen und sich dem Wurf entziehen kann.



Worauf es bei Tai wirklich ankommt!

Oberflächlich betrachtet ist Tai nicht schwer zu verstehen: Uke greift mit einem Hüftwurf an, im Moment der Gewichtsverlagerung hinterläuft Tori Ukes Hüfte, bringt ihn mit einigen Schritten sukzessive aus dem Gleichgewicht und kann schließlich werfen.

Aber es reicht natürlich nicht aus, verstanden zu haben, was man machen sollte - man muss es auch tun.

Der Angriff mit der Hüfte muss ernsthaft und technisch korrekt erfolgen, auch wenn es verführerisch für Uke ist, sich gleich in die Rückwärtsbewegung kippen zu lassen, einige Schritte rückwärts zu gehen und sich dabei von Tori „begleiten“ zu lassen.

In Wirklichkeit ist das Rückwärtgehen von Uke der ständige Versuch, sich wieder aufzurichten und sich aus der misslichen Lage zu befreien. Tori muss während dieser Schritte nicht nur die Kontrolle behalten, sondern mit dem Körper - nicht mit den Händen - progressiv das Gleichgewicht Ukes immer weiter brechen. Am Ende der Aktion muss Uke vollkommen kraft- und hilflos sein. Die Kunst für Tori besteht darin, allein durch die Bewegung des Körpers zum richtigen Zeitpunkt in die richtige Richtung die volle Kontrolle aufzubauen.

Viel Spaß beim Üben wünschen Ulla und Wolfgang

Förderung der Übungsarbeit

Die Anträge auf Zuschüsse für die Übungsarbeit können ab sofort beim Landessportbund NRW gestellt werden. Bis zum 1. Juni 2015 haben die Vereine Zeit, die Förderung entweder direkt online oder auch in Papierform zu beantragen. Voraussetzung für die Antragstellung ist, dass fristgerecht die Daten für die Bestandserhebung an den LSB NRW gemeldet wurden. Für den Online-Antrag werden die Zugangsdaten benötigt, die auch für die Bestandserhebung verwendet werden.

www.lsb-nrw.de/lsb-nrw/zuschuesse-und-foerderungen/zuschuesse-fuer-uebungsleiterinnen

Neue Mitgliedsausweise

Mitgliedsausweise gibt es in verschiedensten Formen: die Bandbreite reicht von selbstgedruckten Papierkarten bis hin zu hochkomplexen Angeboten mit Chipmodulen. Mit dem Sportausweis haben die Verbände für ihre Vereine einen einheitlichen Standard entwickelt. Er ist ein klassischer Mitgliedsausweis, der aufgrund der Sportausweisfunktion vereins- und verbandsübergreifend einsetzbar ist. Jeder Sportverein hat dabei tatsächlich das Recht, diese Mitgliedsausweise kostenlos für den Verein zu beantragen.

Vorteil des Sportausweis-Standards ist, dass er von IT-Systemen auslesbar ist und somit problemlos von Vereinen als Zugangslösung oder Nachweis bei Sponsoren eingesetzt werden kann.

Jetzt mehr entdecken unter www.sportausweis.de/info

GREEN HILL SPORT

BE YOUR BEST SELF

Vom 01.04. bis 31.05.2015 gibt es 25% Rabatt auf einen Olympic oder Professional beim Kauf von 10 Junior oder Club.

Beim Kauf eines Olympic oder Professional gibt es ein Funktionsshirt kostenlos.

Bedingungen auf www.sassist.de



Autorisierter Fachhändler
www.sassist.de
Raiffeisenstr. 10
47661 Issum
Tel: 02835 447735
Mail: sassist@t-online.de

IMPRESSUM

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

43. Jahrgang 2015

Herausgeber, Verlag, Redaktion, Anzeigen- und Aboverwaltung:

Dachverband für Budotechniken Nordrhein-Westfalen e.V.
Postfach 10 15 06
47015 Duisburg
Friedrich-Alfred-Str. 25
47055 Duisburg
Telefon: 02 03 / 73 81 - 6 26
Telefax: 02 03 / 73 81 - 6 24
E-Mail: info@budo-nrw.de
www.budo-nrw.de

Redaktionsleitung: Erik Gruhn (verantwortlich)
E-Mail: Gruhn@budo-nrw.de

Redaktionsschluss: der 1. des Vormonats

ISSN 0948-4124

Druck:
SET POINT Schiff & Kamp GmbH
Moerser Str. 70
47475 Kamp-Lintfort

Anzeigenpreise: Preisliste Nr. 5 vom 1.5.2011

Erscheinungsweise: monatlich, 10 x im Jahr

Mit Namen gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos und Datenträger wird keine Haftung übernommen.

Lieferbedingungen:
Jahresabonnement 35,00 €
Bei Bankeinzug ermäßigt sich der Preis für das Jahresabonnement auf 30,00 €. Bezugsgebühren werden jeweils für das Kalenderjahr erhoben.

Einzelheftpreis: 3,90 €

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.



DHB-Präsident Volker Göbbling, Organisator Detlef Klos, Meister Scott und NWHV-Vorsitzender Guido Böse (von links)



Internationaler Hapkido-Lehrgang in Oelde

Auf Einladung des Hapkido Club Oelde kam der südkoreanische Großmeister Scott Sungeel Seo für ein dreitägiges, international ausgeschriebenes Seminar erstmalig nach Deutschland. Viele freiwillige Helfer hatten diesen DHB-Lehrgang mit Engagement vorbereitet und für die mehr als 100 angehenden Teilnehmer perfekt organisiert. Der Referent, der mit nicht zu



übertreffenden Techniken, einer unglaublichen Präzision und Schnelligkeit, aber auch mit seiner freundlichen, offenen Persönlichkeit überzeugte, bot den Teilnehmern einen fantastischen Lehrgang. Die Hapkido in vom 9. Kup bis zum 9. Dan erhielten während der drei Tage einen umfassenden Einblick in den hohen technischen Standard der Hanminjok-Hapkido Association.

Meister und Schüler aus ganz Deutschland, aber auch aus anderen europäischen Ländern wie Griechenland, Schweden, Frankreich, Belgien, Irland und nicht zuletzt sogar ein extra zum Lehrgang angereister Meister aus dem Iran trainierten miteinander für insgesamt 14 lehrreiche Trainingsstunden. Nach einem „Meet and Greet“ am Freitag fand der erste Lehrgangsteil exklusiv für Dan-Träger statt. Hauptthema war die Handhabung einer traditionellen Waffe des Hapkido – dem Fächer, der bei Schlag-, Block- und Hebeltechniken eingesetzt wird.

Die offizielle Eröffnung des Seminars fand am Samstagmorgen mit der Vorstellung des Referenten sowie der teilnehmenden Großmeister und Meister statt. Der Oelder Bürgermeister Karl-Friedrich Knop sowie der DHB-Präsident Volker Göbbling begrüßten die Teilnehmer und wünschten der Veranstaltung einen erfolgreichen Verlauf. Das Training begann mit einem Aufwärmprogramm, bestehend aus Mobilisation, Gymnastik und einigen Atem- und Kräftigungsübungen. Nahtlos schloss sich das Üben der Schlag-, Block- und Fußtechniken an. Hauptbestandteil des Lehrganges an diesem Tag waren natürlich



Grundschule mit dem Kurzstock

die Hoshinsul-Techniken. Da das vom koreanischen Meister gelehrt überschaubare Repertoire an Grundtechniken in vielfältigen Situationen und Schwierigkeiten angewandt wurde, war es auch weniger erfahrenen Hapkido in möglich, die Lehrgangsinhalte zu verinnerlichen. Jede Technik wurde mehrfach vorgeführt, erklärt und dann anschließend fünf bis zehn Minuten von den Lehrgangsteilnehmern geübt.

Die Hoshinsul-Einheiten wurden regelmäßig mit kürzeren Sequenzen aufgelockert, in denen die Form „Kihap-Hyong“ geübt wurde. Unterbrochen wurde der Lehrgang durch eine einstündige Mittagspause, in der vom ausrichtenden Club für eine hervorragende Bewirtung gesorgt war. Der erste Tag endete nach dem langen körperlichen Training schließlich mit einem gemeinsamen Restaurantbesuch, bei dem nun auch die Möglichkeit zu Gesprächen mit den internationalen Gästen bestand.

Am Sonntag bildete, neben der Fortsetzung des Hoshinsul-Trainings, der Kurzstock den Schwerpunkt des Unterrichts. Die bereits am Vortag erlernten waffenlosen Techniken wurden nun auf die Ausführung mit dem Kurzstock übertragen.



Die Veranstaltung endete mit einer feierlichen Abschlusszeremonie, bei der allen Beteiligten gebührender Dank ausgesprochen wurde. Die Begeisterung der Teilnehmer über den Lehrgang war allgegenwärtig spürbar. Neben einem langen Applaus, der Meister Scott gewidmet war, wurden insbesondere auch die organisatorischen Leistungen von Detlef Klos, Patrick Behrend und dem Oelder Hapkido Club gewürdigt. Auch an dieser Stelle nochmals vielen Dank für den großen Einsatz, ohne den dieser Lehrgang nicht möglich gewesen wäre.

Text: Detlef Klos

Fotos: Patrick Behrend und Heiko Stuckmann

Deutsche und internationale Hapkido-Meister





Kata – Die Essenz des Jiu Jitsu

Kata sind bei der Jiu-Jitsu Union NW die zentrale Achse des Jiu Jitsu. Sie dienen als Überlieferer von Kampfmethoden und Traditionen, die über Jahrhunderte weitergegeben wurden und sind fester Bestandteil der Meisterprüfungen. Die Kata stellen daher keine „andere Seite des Jiu Jitsu-Horizonts“ dar. Kata sind Jiu Jitsu. Sie dienen dem Jiu Jitsu-suka daher als Medium zur Selbstperfection und zum Studium der Kampfkünste auf dem Weg zum Meister und bilden die Essenz unserer Kampfkunst Jiu Jitsu. Man kann daher nicht früh genug mit dem Erlernen dieser traditionellen und wertvollen Überlieferungen anfangen.

Und genau aus diesen Gründen folgten 15 Jiu Jitsukas dem Ruf unseres Prüfungswartes Dieter Gobien und trafen sich in Witten, um dort am Kata-Lehrgang teilzunehmen.

„Ich freue mich euch so zahlreich hier in Witten begrüßen zu dürfen und das bei dem sonnigen Wetter heute.“ Mit diesen Worten eröffnete Dieter Gobien den Lehrgang „Ihr werdet euer Hiersein aber nicht bereuen, denn Kata lernen heißt nicht nur Jiu Jitsu trainieren, sondern sich auf die Essenz des Jiu Jitsu einzulassen“, so Dieter weiter.

Gelehrt wurden auf diesem Kata-Lehrgang die Goshin-jutsu no Kata und die Ju no Kata. Als Referenten standen hierfür Dieter Gobien (5. Dan) und Michael Liermann (3. Dan) für die Goshin-jutsu no Kata, Benedikt Meinhardt (3. Dan) und Andrea Landich (1. Dan) für die Ju no Kata auf der Matte.

Die Teilnehmer bildeten nicht nur die gesamte Palette der Farbgurte vom Gelbgurt bis zum Braungurt ab, sondern auch Jiu Jitsu-Meister waren zum Lernen auf dem Kata-Lehrgang erschienen. Fleiß, Schweiß, neugierige Fragen und gute Laune prägten den Lehrgang und man merkte allen Beteiligten an, dass es sich nicht um eine lästige Pflicht handelt hier bei zu sein, sondern die pure Lust am Jiu Jitsu. So endete nach knapp über fünf Stunden ein lehrreicher und interessanter Lehrgang mit Applaus für die Dozenten und einem großen Lob der Dozenten an die Teilnehmer für das engagierte und motivierte Mitmachen.





Laufschule



Kontrolle

Kata im Monat Februar

Nachdem am Wochenende 31. Januar/1. Februar 2015 bereits die Kata-Lehrgänge zur 1. Jiu Jitsu Kata („Abwehren gegen Handgelenkbefreiungen“) und zur 2. Jiu Jitsu Kata („Abwehren gegen Körperangriffe“) stattgefunden haben, sollten am 21./22. Februar 2015 die Kata-Lehrgänge zur 3. Jiu Jitsu Kata („Abwehren gegen gefasste Angriffe“) und zur 4. Jiu Jitsu Kata („Abwehren gegen Kurzstockangriffe“) folgen. Die Lehrgänge leiteten Dieter Lösger (10. Dan Jiu Jitsu, Bundestrainer) und Josef Djakovic (8. Dan Jiu Jitsu, 1. Vorsitzender KID/DJJB).

Dieter Lösger referierte und vermittelte den Übenden, dass die Kata-Formen Nr. 1 bis 3 die waffenlosen Angriffe (Körper- und Distanzangriffe) beinhalten, während die Kata-Formen Nr. 4 bis 6 Waffenangriffe (Stock, Messer und Pistole) zum Thema haben.

Wie schon die Kata-Formen 1 bis 3 als eine Einheit zu betrachten sind, werden auch die Kata-Formen 4 bis 6 in formaler und inhaltlicher Hinsicht als zusammenhängende Einheit betrachtet. Da Kata auch immer ein Bestandteil des Prüfungsprogramms nach der Prüfungsordnung (PO) des DJJB für eine Dan-Prüfung ist, sollten sich viele Teilnehmer der Kata-Lehrgänge auf dem Dan-Vorbereitungslehrgang



Handfassen bei Doppel-Nelson



Korrekturen



wieder treffen, denn Kata und technisches Prüfungsprogramm bilden eine Einheit. Ganz in diesem Sinne schließt sich logischerweise auch der Dan-Vorbereitungslehrgang am 7. März 2015 – vom Lehrer-Duo Dieter Lösger und Josef Djakovic geleitet – an. Nur noch wenige Monate trennen die Prüflinge von den Dan-Prüfungen am 21. Juni 2015.

Alle vier Kata-Lehrgänge fanden beim Bujindo Mülheim statt, bei den Dan-Prüfungen trifft man sich hier wieder ... Dieter Lösger wies die Teilnehmer eindringlich drauf hin, dass Kata als essenziell wichtiges Element im Rahmen der Anforderungen für eine Dan-Prüfung im Jiu Jitsu nicht zu vernachlässigen ist, und daher immer natürlicher Teil des Trainings sein sollte. „*Wer sichere Schritte tun will, muss sie langsam tun.*“ (Johann Wolfgang von Goethe)

Text: Andreas Dolny/Volker Schwarz
Fotos: Bernd Kampmann/Dominik Brüsse



Dan-Prüfung

Bereits Ende Dezember fand in Meerbusch-Lank die Dan-Prüfung des DFJJ NRW statt. Als Verein mit den meisten Prüflingen stellte der ASV Lank die Räumlichkeiten zur Verfügung. Den vier Prüfern stellten sich insgesamt acht Prüflinge – zwei davon auf den 1. Kyu.

Nach dem Anrücken ging es auch schon mit der Fallschule los, bei der natürlich auch Freifall sowie diverse „Hindernisse“ nicht fehlten. Weiter ging es mit Karate-Kihon aus der Bewegung. Nach der Überprüfung der Wurf-, Hebel- und Würgetechniken startete Manfred Thull mit Jiu-Jitsu no Kata Yon Dan – gemäß Prüfungsordnung einer eigenen Form. Seine Kata bestand aus drei Teilen und beinhaltete die komplette Führung des Uke durch alle Techniken ohne Chance auf Konter. Ebenfalls verlangt wurde die Tanto no Kata, der die Überprüfung der Hanbotechniken zum 4. Dan folgte. Thorsten Mühlbach zeigte mit seinem Uke u.a die Taijitsu no Kata für den 3. Dan.

Alle anderen Aspiranten demonstrierten je nach Graduierung die Jiu-Jitsu Kata Ni Dan und/oder die Jiu-Jitsu no Kata Sho Dan. Bei der Selbstverteidigung wurden den Prüflingen schnelle Reaktionen abverlangt: Auf Zuruf wurden Angriffe vorgegeben, die unmittelbar abgewehrt werden mussten – querbeet durch das Prüfungsprogramm und auch solche, die nicht gemäß der Liste aufgeführt sind. Ordentliches Tempo sorgte für Jiu Jitsu pur, nachdenken war nicht mehr möglich. Nach knapp vier Stunden war die Prüfung beendet und das



Prüfungsergebnis des Prüfungsausschusses bekannt gegeben: Sieben Prüflinge hatten bestanden.

Der DFJJ NW gratuliert:

zum 4. Dan Manfred Thull,
zum 3. Dan Thorsten Mühlbach,
zum 2. Dan Christian Busch und Thomas Barbachowski,
zum 1. Dan Marc Dröge und
Udo Burgsmüller und Marvin Mählig zum 1. Kyu.

Prüfungsausschuss:

Dr. Heinz Schorn, 1. Vorsitzender und Prüfungswart, 7. Dan DFJJ NRW
Andreas Kress, Geschäftsführer, 5. Dan DFJJ NRW
Peter Römermann, 5. Dan DFJJ NRW
Manfred Meissner, 5. Dan DFJJ NRW

Text: Manfred Thull
Fotos: Markus Speckamp





Lippe-Cup in Lemgo

Premiere für den NWJJV in Lemgo. Zum ersten Mal führte der Verband während des Lippe-Cups Wettkämpfe in Ne-waza (Bodenkampf) durch. Dafür hatten sich sieben Sportler gemeldet. Überhaupt war es ein kleines aber feines Turnier, was wohl dem Karnevalswochenende geschuldet war. Hartmut Giebel, der Vorsitzende der Ju-Jutsu Abteilung im BSV Leese, und Philipp Neuwirth, Vizepräsident Leistungssport im NWJJV, konnten 72 Sportler aus zehn Vereinen, die nach Lemgo gekommen waren, um beim ersten Wettkampf 2015



im Fighting, Duo und Ne-waza dabei zu sein, sowie die zehn Matrichter begrüßen. Der Sportausschussvorsitzende der Stadt Lemgo Rainer Kröger überbrachte die Grüße der Stadt Lemgo, wünschte den Wettkämpfern viel Erfolg und den Kampfrichtern ein sicheres Auge.

Hartmut Giebel und seine Mannschaft vom BSV Leese hatten ein tolles Turnier organisiert. Nach der Waage ging es los, auf zwei Matten, im Wechsel Ne-waza und Duo. Zügig wurden die Kämpfe in allen Altersklassen abgewickelt. Schwerere Verletzungen gab es nicht. Die kleineren Wehwehchen wurden souverän von unserem Physio Matthias Berns behandelt und versorgt. Die Siegerehrung wurde vom Jugendvertreter Kampf Uli Muchow und dem Antidopingbeauftragten Dries Beyer sowie Landestrainer Chris Ocylok durchgeführt. 33 jugendliche Wettkämpfer und Wettkämpferinnen standen auf dem Treppchen. „Ich habe tolle Kämpfe gesehen und es gibt viel Potenzial bei der Jugend“, so das Fazit des Jugendvertreeters Kampf Uli Muchow. Ein Turnier, das rund war, von der Organisation, der Tischbesetzungen bis zum Catering.

Klaus Sieberg



Notwehr, Nothilfe, Rechtslage

Alle Jahre wieder findet dieser Pflichtlehrgang beim TV Littfeld unter der Leitung von NRW-Lehrwart Wolfgang Kroel (8. Dan) statt. Zu Lehrgangsbeginn demonstrierte Wolfgang unterschiedliche Ju-Jutsu-Kombinationen, um den anwesenden 45 Lehrgangsteilnehmern diese als Spiegel vor die Augen zu halten und in die Lehrgangsthematik einzustimmen. Viele sind sich nicht bewusst, was ihre Techniken in der Praxis für gesundheitliche und rechtliche Konsequenzen haben können.

Die breite und tiefe Thematik „Notwehr“ umfasste unter anderem die rechtliche Seite eines nicht mehr abzuwendenden Konfliktes, Verletzung der Rechtsgüter und die hieraus entstehende Notwehrhandlung. Erlaubte und erforderliche Abwehr eines Angriffes mit all ihren Konsequenzen. Hierbei wurde besonders auf die große Verantwortung der Vereinstrainer bei der Vermittlung von SV-Techniken eingegangen. „Der Übungsleiter ist Vorbild und Spiegelbild seiner Sportler“, so Kroel. Er trägt somit die Verantwortung in der Unterrichtung seiner Selbstverteidigungstechniken und deren Wirkungsweisen. „Die Schüler müssen mit den erlernten Techniken verantwortungsvoll umgehen können.“

Im Bereich der Nothilfe setzte Wolfgang dann auf die Sichtweise des Helfers ein besonderes Augenmerk. Visuelles oder akustisches

Erkennen der Situation und die hieraus entstehenden Möglichkeiten zur Hilfe eines Betroffenen.

Zum Thema „Messer“ unterrichtete Jochen Heinbach (2. Dan) vom TV Eichen. Sein besonderes Augenmerk galt den Verletzungen, die durch Stich- oder Schnittverletzungen entstehen können.

Obwohl für die meisten eine Pflicht, war es doch für alle ein interessanter und wichtiger Lehrgang. Vielen Dank Wolfgang!

NWJJV



Starke Techniken nicht nur für die Prüfung

Im Littfelder Dojo fand der erste Jugendlehrgang 2015 statt. Als Referenten bzw. Referentinnen zu Gast Silke Kummetz und Gaby Müller-Richiusa aus Düsseldorf. Sonja und Sascha Wege übergaben direkt nach der Begrüßung den Lehrgang mit 22 Teilnehmern an Silke und Gaby, die auch sofort, mit Musik unterstützt, die Kids auf Betriebstemperatur brachten.

Dann stiegen sie mit einfachen passiven Abwehrtechniken in das Thema ein und bauten dann Schritt für Schritt verschiedene Kombinationen mit Atemitechniken auf. Zwischendurch wurde auch mal ein Spiel gespielt, bei dem sich die Kids in mehreren Gruppen aufteilen und dann farbige Karten sammeln mussten, die vorher verdeckt am Ende der Matte verteilt wurden.

Es folgte eine Einweisung an verschiedenen Hilfsmitteln wie Schlagpolster und Softsticks und Soft Paddeln, mit denen die Kids ihre Atemitechniken und die vorher geübten Lösetechniken üben konnten. Zum Ende hin bedankten sich Sonja und Sascha bei den beiden Referentinnen und die Kids verabschiedeten sie mit großem Applaus. Danke für den schönen Lehrgang.

Sascha Wege



Erste Bezirksprüfung im Bezirk Arnsberg

Drei Prüflinge stellten sich der Prüfung zum Braungurt. Wenig leider, aber genug, um die Prüfer entweder in den Wahnsinn zu treiben oder gut zu unterhalten. Letzteres war glücklicherweise der Fall und so konnten Bezirksvertreter Ralf Krämer (4. Dan) und sein Co-Prüfer Stefan Korte (3. Dan) sich entspannt zurücklehnen und anschauen, was die Prüflinge vorbereitet hatten. Nach ein paar Wacklern am

Anfang, die der Aufregung geschuldet waren, zeigten alle durchweg gute Leistungen. Sehr positiv war dabei, dass sie das Dynamikniveau trotz oder wegen der wenigen Pausen hochhalten konnten und somit keine Langeweile aufkam.

So konnten die Prüfer am Ende den Prüflingen die wohlverdiente neue Graduierung geben. Herzlichen Glückwunsch an Andreas Teichert und Marco Heise vom JC Halver und Fabian Kafille vom TV Klaswipper.

NWJJV



Studie: Vorgehaltene Handfeuerwaffe erhöht Kompromissbereitschaft signifikant

aus dem Archiv (Psychologie)

oder: Wie machen Waffenaffen unser Leben schwer und was verdienen sie damit?

Diesem und verwandten Themen nahmen sich 20 Sportler in Wuppertal unter Leitung des Seminarleiters Ralf „BÄM“ Stecklum an oder kurz: Ralf Stecklum lud ein zum Selbstverteidigungs-, Wissens-, Koordinations- und Bewegungsexkurs „Waffenabwehren Messer, Pistole und Stock“ ein.

Nach dem lockeren Aufwärmen mit Basistechniken wie der Doppelschrittdrehung und einfachen Ausweichbewegungen isoliert und am Partner, die für die späteren Techniken benötigt wurden, stiegen die Teilnehmer recht bald in die hoch komplexe Welt der Waffenabwehr ein. Distanzüberwindung im Einklang mit Distanzwahrung, Gefährlichkeit von Waffenseiten, Waffen(an)griffen, Ansatzpunkte, Angriffsflüsse und Intervenierungszeitpunkte: „Packst Du da, nicht gut, packst Du da, nicht gut, packst Du da, gut!“ Man, das war viel BÄM vom 5. Dan Ralf Stecklum.



Mit einem riesengroßen gewonnenen Wissen und einem Mehr an Fertig- und Fähigkeiten reiht sich dieser Lehrgang in die Riege der Must-Have-Lehrgänge, für alle diejenigen Jiu Jitsukas ein, die gerne mal eine Kyu- und/oder Dan-Prüfung machen möchten – und wer möchte das nicht mal irgendwann. Großes Wuppertaler SV-Kino! Danke Ralf Stecklum!



Sicherungstechniken mit Werner Dermann

18 Sportler trafen sich in Nettetal, um sich das Thema „Festlege-, Aufhebe- und Transporttechniken“ näher bringen zu lassen. Referent war Werner Dermann (7. Dan), der von Berufs wegen viel mit diesem Thema zu tun hat. Mit besonderem Augenmerk auf die Eigensicherung zeigte er viele Möglichkeiten, die den Teilnehmern bislang unbekannt waren. Vom 5. Kyu bis hin zum 3. Dan wurde viel geübt und auch die eine oder andere Technik schmerzhaft als „funktionierend“ erkannt. Allen Teilnehmern hat es sehr gefallen. Vielen Dank an Werner für diesen Lehrgang.

Ragnar Szkudlarek



Atemi für Kids mit Stefan Korte

Tritt- und Schlagtechniken üben mit Kindern im Grundschulalter. Muss das sein? Kann das gut gehen? Endet der Lehrgang nicht in einer wilden Prügelei auf der Matte? Am nächsten Schultag ruft dann das Schulrektorat an, weil der Filius den neu erlernten geraden Fauststoß direkt mal beim Klassenkameraden auf dem Schulhof geübt hat?

Zugegeben, auch ich habe Vorbehalte, Kindern das Schlagen und Treten beizubringen. Es gibt doch bessere und im Ju-Jutsu auch elegantere Wege Konflikte zu lösen. Aber: Andersherum hätten wir alle gerne, dass sowohl in der Prüfung als auch in der SV-Situation, und sei es auf dem Schulhof, die Abwehr von Atemitechniken perfekt funktioniert. Irgendwie beißt sich die Katze da doch in den Schwanz! Wie soll man den Kindern die Abwehr von Atemitechniken beibringen, wenn sie beim Abwehrenüben nicht mit Atemitechniken angegriffen werden können, weil sie dies vorher nicht gelernt haben? Können wir es als Trainer zulassen, dass Kinder das Schlagen und Treten zunächst nicht richtig erlernen, weil wir dies verhindern? Machen wir es doch lieber direkt von Anfang an richtig und bringen es den Schützlingen von Beginn an vernünftig bei. Nur eben kindgerecht verpackt.

Aus dieser Motivation heraus fand in Langenfeld ein Jugendlehrgang mit dem Thema Atemitechniken für Kids statt. Stefan Korte (3. Dan Ju-Jutsu) war als Referent geladen und konnte die Kinder von Anfang an durch seine lockere sympathische Art für sich gewinnen. Er starte-



te den Lehrgang zunächst mit einer Erklärung zur richtigen Fausthaltung beim Boxen. Stefan zeigte hierauf den Einsatz von Handfegen gegen Fauststöße. Hiernach wurde das Üben des geraden Fauststoßes mit dem Üben von Meid- und Ausweichbewegungen verbunden. Aus dem geraden Fauststoß wurden kleine Schlagkombinationen.

Immer wieder unterbrochen von kleinen Bewegungsspielen zeigte Stefan im Verlauf des Lehrgangs kleine einfache Schlag- und Trittkombinationen. Dabei legte er Wert auf die Beinarbeit sowie eine saubere und ernsthafte Ausführung der Atemitechniken. Mit viel Freude blieben die 30 Übenden bei der Sache und auch der böse Blick beim Schlagen wurde fleißig geübt. Nur bei Stefan wollte das mit dem bösen Blick an diesem Tag nicht so richtig klappen.

Stephan Werker





Ralf Kettler erhält seinen 6. Dan

Im Dezember fand in Lemgo die letzte Dan-Prüfung des Nordrhein-Westfälischen Ju-Jutsu Verbandes im Jahr 2014 statt, bei der sich 16 Ju-Jutsukas den kritischen Augen der Prüfungskommission stellten, die aus Reinhard Ogrodnik, Peter Pölling, Ralf Kettler, Michael Maas, Sven Loevenich und Mark Kettler bestand.

Nachdem der Prüfungsleiter Michael Maas (6. Dan, Referent Prüfungswesen) alle Prüflinge zur Aufstellung aufrief, um sie wie gewohnt über den Ablauf der Prüfung und die Einteilung in die jeweilige Prüfungskommission zu unterweisen, übernahm Reinhard Ogrodnik (7. Dan, Vizepräsident Breitensport) das Wort und inmitten seiner Ansprache verkündete er, „dass ein Prüfling schon jetzt die Prüfung bestanden hat!“. Nach kurzer Redepause, ratlosen und fragenden Gesichtern unter den Prüflingen, fuhr Reinhard mit den Worten fort: „Deshalb gratulieren wir Ralf Kettler zum 6. Dan!“.

Und dann sah man was, was man nicht alle Tage sieht, einen total verdutzten, sprachlosen, gerührten und nach Worten suchenden Ralf Kettler, der sich mit seiner nüchteren Art – innerlich vor Freude platzend – herzlichst bedankte und den 6. Dan entgegen nahm..

Und wenn man zurückblickt, dann ist das mehr als verdient! Ralf hat, nach einem Abstecher ins Teakwon Do, 1980 beim *TuS Spenge* das Ju-Jutsu für sich entdeckt und fortan war es ein fester Bestandteil in seinem Leben. Das führte dazu, dass er 1988 die Prüfung zum 1. Dan sowie die zur Fachübungsleiterlizenz ablegte, der 2. Dan und die Prüferlizenz folgten 1990, Mitte 1994 folgte die Übernahme der Ju-Jutsu Abteilung des *TuS Spenge* und im Anschluss 1995 die Prüfung zum 3. Dan. Nun folgte mit der durch ihn gegründeten Ju-Jutsu-Abteilung im *SV Schwarz Weiß Ahle* ein noch größerer Schritt und viel mehr Arbeit, was ihn nicht davon abhielt im Jahr 2000 die Prüfung zum 4. Dan abzulegen.

Mit dem Wandel des alten Ju-Jutsu (im Jahr 2000) zum heutigen Ju-Jutsu sah er eine wichtige Entwicklung des Ju-Jutsu und eine Bereicherung für sein Training. Da ihm das „über den eigenen Tellerrand schauen“ schon immer sehr wichtig war, hat er, neben den Besuchen zahlreicher Lehrgänge in anderen Kampfstile oder Selbstverteidigungssystemen, 2003 seine Prüfung zum Ass. Instructor im Combat Stick Fight und philippinischen Mano Mano abgelegt. Im Jahr 2004

folgte die Trainer B-Lizenz und im Juni 2005 der 5. Dan. Sein unermüdlicher Einsatz und seine Kompetenz als Trainer haben die Ju-Jutsu-Abteilung des SV Schwarz Weiß Ahle auf mehr als 130 aktive Ju-Jutsukas anwachsen lassen und bisher schon einige Meistergrade hervorgebracht, und die nächsten stehen in den Startlöchern.

Ralf ist nicht nur als Prüfer oder Dan-Prüfer tätig, sondern steht dem NWJJV stets als kompetenter und gern gesehener Referent für Lehrgänge zu Verfügung, zudem ist er Referent im Trainer-Team Ü40 im NWJJV. Trotz seines unermüdlichen Einsatzes findet er immer Zeit seinen Horizont im Ju-Jutsu zu erweitern, deswegen findet man ihn auch des öfteren als Trainingspartner auf der Matte und das auch außerhalb des Ju-Jutsu. Drum Ehre wem Ehre gebührt! Herzlichen Glückwunsch und mach weiter so!

Mark Kettler





Dortmunder Budo-Waffenlehrgang

Lehrer und Budo-Sportler trafen sich zum 16. Dortmunder Budo-Waffenlehrgang. Auf drei Flächen zeigten fünf Lehrer in zwölf Übungseinheiten das Beste aus diversen Waffentechniken wie Messer, Langstock, Kurzstock sowie Abwehrtechniken gegen Waffen wie Pistole.

Vertreten waren Peter Rutkowski (Modern Arnis und Kung-Fu), Dirk Hoffmann MacGregor (Kubotan/Tonfa), Klaus Wachsmann (Messer-/Pistolenabwehr), Torsten Schneider (Messer-/Pistolenabwehr), Jan Gosewinkel und Oliver Janseps (historisches Fechten).

Die unerwartet niedrige Teilnehmerzahl bot den Angereisten die Chance, in kleinen Gruppen bei einem hochgraduierten Lehrer effektiv und individuell zu lernen.



Wer diesen Lehrgang verpasst hat, bekommt Gelegenheit einiges davon beim Dortmunder Budolehrgang (Pfingsten 23./24. Mai 2015) nachzuholen. Die gleichen Lehrer werden neben den vielen weiteren wie z.B. Ralf Seeger, Ferdinand Mack, Ralf Kussler, Wolfgang Ebel, Horst Kallinowski, Holger Deimann, Nico Schüssler, Giovanni Sgrilletti u.a. anwesend sein.



Zwei Dan-Vorbereitungslehrgänge innerhalb von zwei Wochen

In Moers fand der erste Lehrgang des Jahres der Fachschaft Shaolin Kempo statt. Als Referenten konnten Klaus Konrad, 8. Dan, und Bodo Weyers, 5. Dan, gewonnen werden. Nach einem effektiven Aufwärmtraining mit Kraft- und Dehnübungen zeigten die beiden hochkarätigen Trainer in erstklassiger Weise den 20 Teilnehmern des Lehrganges die Feinheiten der Schüler- und Meisterformen im Shao-

lin Kempo. Nach vierstündigem Training, bei dem keine Frage offen blieb, waren sich die Teilnehmer einig: Das war ein super Lehrgang zum Jahresstart.

Auch beim zweiten Lehrgang des Jahres in Kleve waren zwei erstklassige Referenten am Start. Heinz-Jürgen Naß, 6. Dan, und Peter Scholz, 5. Dan, brachten den Lehrgangsteilnehmern die schwierigen Bewegungsabläufe der zehn Blockformen näher. Obwohl der Lehrgangsstoff so manchen Teilnehmer an seine Grenzen brachte, verstanden es die beiden Referenten unter der Leitung von Heinz-Jürgen Naß, das gesamte Teilnehmerfeld immer wieder mitzureißen und die Konzentration bis zuletzt aufrecht zu erhalten. Zum Schluss wunderten sich die Anwesenden, wie schnell die Zeit vergangen war.



Selbstverteidigungslehrgang in Grevenbroich

Zahlreiche SV-Ziweishu-Sportler im Alter von 14 bis 55 Jahren aus verschiedenen Vereinen des Wushu-Verbandes Nordrhein Westfalen fanden sich in der Turnhalle zum Türling (Orken) ein, um ihre Kenntnisse in den Selbstverteidigungstechniken zu vertiefen oder auch zu erweitern.

Zu Beginn, d.h. nach einer kurzen Aufwärmphase von 15 Minuten, gestaltet von Walter Ziegler, übernahm H. J. Brandt, welcher von der Fachschaft als Referent für diesen Lehrgang eingesetzt war, die Regie. Die erste Übungseinheit behandelte das Thema „Verteidigungsvariationen gegen Faust-, Fuß-, Bein- und Knieangriffe“, welche in Folge durch Ausweichen oder Block in Verbindung mit Wurftechniken und Festlegen in der Bodenlage beendet wurden. Nach anfänglichem detailmäßigem Erklären und Einüben der einzelnen Techniken erfolgte die Ausführung auf Kommando, das heißt, die eingeübten Angriffe und Verteidigungsabläufe mussten beherzt und voller Elan ausgeführt werden, so dass der Verteidiger gezwungen war, blitzschnell und konsequent zu reagieren, denn im Ernstfall wird jedes halbherzige Vorgehen von einem Aggressor bestraft.

Nach 1:45 Stunden Training und 15 Minuten Pause erfolgte die zweite Übungseinheit: „Verteidigung gegen Hand-, Arm-, Revers- und Kragen fassen“, also Angriffe, welche körpernah durchgeführt wurden. Hierzu wurden ein Repertoire an Kontertechniken aus dem Qin-na (Ergreifen, Kontrollieren) eingebunden, das sich wiederum



in folgende Gruppen unterteilt: 1. Verrenken und Verdrehen der Gelenke und Körperteile, 2. Trennung der Muskeln, 3. Würgen und Abschnüren der Luftzufuhr, 4. Unterbrechung/Stauung der Blutzufuhr, 5. Druck auf die Vitalpunkte.

Bei der Durchführung (Einüben) dieser Techniken ist eine gehörige Portion an Fingerspitzengefühl notwendig, um seinen Trainingspartner nicht unnötig zu verletzen. Nach insgesamt vier Stunden und strapazierten Hand-, Arm- und Fingergelenken, aber ohne Verletzungen und einige Erfahrungen reicher, wurde der erste Selbstverteidigungslehrgang 2015 unter Applaus der Teilnehmer beendet.

Ihr zuverlässiger Partner für Händler und Vereins-Sammelbesteller ... **schnell, flexibel, kompetent!**

KLUGE LAGERHALTUNG – KURZE LIEFERZEITEN



Ob telefonisch bestellt oder über unseren Web-Shop – dank hoher Lieferfähigkeit und verlässlicher Logistik-Partner ist Ihre Ware schnell geliefert.




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

GRUPPE

Westdeutsche Einzelmeisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 15

Ausrichter: TV Wickede e.V. Abt. Judo.
Ort: Sporthalle der Gerkenhauptschule, Hövelstr. 6, 58739 Wickede/Ruhr (beim Navi unbedingt die Postleitzahl eingeben).
Zeitplan: Samstag, 16. Mai 2015: 9:00 - 9:30 Uhr Waage Jugend U 15 männlich -40, -43, -46, -50 kg. 10:00 Uhr Kampfbeginn. 11:30 - 12:00 Uhr Waage Jugend U 15 männlich -34, -37, -55, -60, -66, +66 kg. **Sonntag, 17. Mai 2015:** 9:00 - 9:30 Uhr Waage Jugend U 15 weiblich -40, -44, -48, -52 kg. 10:00 Uhr Kampfbeginn. 11:30 - 12:00 Uhr Waage Jugend U 15 weiblich -33, -36, -57, -63, +63 kg.
Mattenzahl: 4 Matten 6 x 6 m.
Meldungen: männlich und weiblich: durch die Bezirksjugendleitungen an den Verbandsjugendleiter Jörg Bräutigam, Bielefelder Str. 125, 44625 Herne, Tel.: 0 23 25 / 4 83 97, Fax: 0 23 25 / 94 00 17, E-Mail: Joerg.Braeutigam@nwjv.de

Meldegeld: 10,00 € je Kämpfer/in, werden durch die Bezirksjugendleitungen eingesammelt und auf das Konto des NWJV, IBAN: DE66350603863323400109, BIC: GENODED1VRR überwiesen.
Meldeschluss: 11.5.2015 (Posteingang).
Kontakt des Ausrichters: Matthias Gedig, Tel.: 0 23 77 / 69 01, mobil: 01 70 / 1 63 31 33, E-Mail: matzegedig@gmx.de
Wegbeschreibung: von Werl/A 446: Hauptstraße folgen bis zu Esso, links in den Waltringer Weg, 2. Kreuzung rechts auf die Hövelstraße; von Menden: Hauptstraße folgen, an der 1. Ampel rechts in die Oststraße, geradeaus auf die Hövelstraße.

LAND

30. Rhein-Ruhr-Wanderpokalturnier - Landeseinzelturnier der Frauen U 18, Männer U 18, Frauen und Männer

Ausrichter: MSV Duisburg 02 Judo e.V.
Ort: Sporthalle an der Westender Straße, 47138 Duisburg-Meiderich, am MSV-Clubhaus.
Zeit: Samstag, 30. Mai 2015.
Zeitplan: 9:00 - 9:30 Uhr Waage Männer U 18. 12:00 - 12:30 Uhr Waage Frauen U 18. 14:00 - 14:30 Uhr Waage Frauen und Männer.
Hinweis: Der doppelstartberechtigte Jahrgang 1998 muss sich entscheiden, für welche Altersklasse er startet.
Mattenzahl: 4 Matten 7 x 7 m.
Meldungen: an Erika Ullrich, Gustav-Schippers-Weg 15, 46499 Hamminkeln, Tel.: 0 28 52 / 96 04 68, Fax: 0 28 52 / 25 18, E-Mail: Erika.Ullrich@nwjv.de
 Die Meldungen müssen folgende Angaben enthalten: Name, Vorname, Verein, Jahrgang, Gewichtsklasse, Kyu- oder Dan-Grad. Für die Meldung sollte der E-Melder (siehe www.nwjv.de)

de) benutzt werden.
Meldegeld: 10,00 € je Teilnehmer/in, zu überweisen bis Meldeschluss auf das Konto MSV Duisburg, bei der Sparkasse Duisburg, IBAN: DE92350500000234005080, BIC: DUISDE33XXX. Der Zahlungsnachweis ist vor Veranstaltungsbeginn vorzulegen. Auf dem Überweisungsträger ist der Name des Vereins und die Anzahl der Gemeldeten zu vermerken. Meldung verpflichtet zur Zahlung des Meldegeldes. Bei verspätet eingehenden Meldungen oder Nachmeldungen wird doppeltes Meldegeld erhoben.
Meldeschluss: 25.5.2015 (Eingang).
Eingeladene Vereine: JC Reuver, Kai in Sho Roermond, Judoclub Hercules, Top Judo Venlo und Sportschool Poelstra.
Ansprechpartner des Ausrichters: Andy Lang, Am Mismahlshof 36, 47137 Duisburg, Tel.: 02 03 / 42 11 88, E-Mail: LangUrsula@t-online.de, mobil: 01 73 / 6 66 39 78.
Anreise: A 3 Richtung Oberhausen bis Kreuz Duisburg, dann Richtung Duisburg-Venlo (A 40), dann Richtung Dinslaken, Duisburg-Nord (A 59), Ausfahrt (8) Obermeiderich-Ruhrort, links in die Bürgermeister-Pützstraße, 4. Ampel rechts in die Westender Straße, 500 m weiter auf der rechten Seite liegt die Halle.

Landesentscheid des Deutschen Jugendpokals für Mannschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 16

Ausrichter: MSV Duisburg.
Datum: Sonntag, 31. Mai 2015.
Ort: Sporthalle an der Westenderstraße, Duisburg-Meiderich (am MSV-Clubhaus).
Zeitplan: 9:00 - 9:30 Uhr Waage Jugend U 16 weiblich. 10:00 Uhr Beginn. 12:00 - 12:30 Uhr Waage Jugend U 16 männlich. 13:00 Uhr Beginn.
Mattenzahl: 3 Matten 7 x 7 m.
Startberechtigt: Judokas der Jahrgänge 2000, 2001, 2002. Eine Mannschaft besteht aus mindestens drei Judokas in mindestens drei verschiedenen Gewichtsklassen. Das Team besteht nur aus Mitgliedern eines Vereins. Kampfgemeinschaften aus zwei Vereinen können nur im weiblichen Bereich gebildet werden. Fremdstarter sind nicht zugelassen.
Gewichtsklassen: U 16 männlich: -46 (Mindestgewicht 40,1 kg), -52, -58, -66, +66 kg U 16 weiblich: -42 (Mindestgewicht 36,1 kg), -47, -53, -60, +60 kg. Die Judokas dürfen nur in der Gewichtsklasse ihres tatsächlichen Gewichtes starten.
Meldungen: an Verbandsjugendleiter Jörg Bräutigam, Bielefelder Str. 125, 44625 Herne, Tel.: 0 23 25 / 4 83 97, Fax: 0 23 25 / 94 00 17, E-Mail: Joerg.Braeutigam@nwjv.de
Meldegeld: 60,00 € je Mannschaft, an den NWJV, IBAN: DE81360605910001900018, BIC: GENODED1SPE.
Meldeschluss: 25.5.2015.
Kontakt Ausrichter: mobil: 01 73 / 6 66 39 78.
Qualifikation: Die ersten drei Mannschaften qualifizieren sich zum Bundesentscheid.
Wegbeschreibung: A 3 Richtung Oberhausen bis Duisburger Kreuz, dann Richtung Duisburg-Venlo (A 40), dann Richtung Dinslaken/Duisburg-Nord (A 59), Abfahrt (8) Obermeiderich-Ruhrort, links in die Bürgermeister-Pützstraße, 4. Ampel rechts in die Westenderstraße, 500 m weiter liegt die Halle.

BEZIRKE

Arnsberg

Bezirkseinzelleisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 12 und U 15

Ausrichter: TuS Eichengrün 05 Kamen e.V.
Ort: Sporthalle der Friedrich-Ebert-Schule, Weddinghoferstraße, 59174 Kamen.
Tag: Sonntag, 10. Mai 2015.
Zeitplan: 9:00 - 9:30 Uhr Waage Jugend U 12 weiblich. 10:15 - 10:45 Uhr Waage Jugend U 12 männlich. 12:15 - 12:45 Uhr Waage Jugend U 15 weiblich. 13:15 - 13:45 Uhr Waage Jugend U 15 männlich.
Matten: fünf.
Meldungen: durch die Kreisjugendleitungen an uwe.helmich@gmx.de
Meldegeld: 7,50 €, wird durch die Kreisjugendleitungen auf das Konto des TuS Eichengrün Kamen bei der Sparkasse Unna/Kamen, IBAN: DE0344350060000014217, BIC: WELADED1UNN überwiesen. Das Meldegeld für die Westdeutsche Meisterschaft ist von den Qualifizierten in bar auf der BEM zu zahlen.
Meldeschluss: 4.5.2015 (Eingang).
Ansprechpartner des Ausrichters: Uwe Helmich, Hüffnerweg 5, 59077 Hamm, Tel.: 0 23 81 / 2 79 93 52, mobil: 01 79 / 1 24 32 14.
Wegbeschreibung: A 1 Abfahrt Kamen-Zentrum, Richtung Kamen bis Ampel, hier links Richtung Lünen, nach 100 m rechts, Halle liegt nach 200 m auf der linken Seite; A 2 Abfahrt Kamen-Bergkamen, Richtung Kamen, 5. Straße links, Halle liegt nach 200 m auf der linken Seite.
Parkhinweis: Zusätzliche Parkmöglichkeiten bestehen am Sportplatz bzw. Jugendfreizeitzentrum in der Ludwig-Schröder-Straße (Halle links liegen lassen, Weddinghofer Straße weiter hoch, nächste rechts).

Düsseldorf

Bezirkseinzelleisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 12 und U 15

Ausrichter: MSV Duisburg.
Ort: Sporthalle an der Westenderstraße, Duisburg-Meiderich (am MSV-Clubhaus)
Zeitplan: Samstag, 9. Mai 2015: 9:00 - 9:30 Uhr Waage Jugend U 12 männlich. 10:00 Uhr Beginn. 11:30 - 12:00 Uhr Waage Jugend U 12 weiblich. **Sonntag, 10. Mai 2015:** 9:00 - 9:30 Uhr Waage Jugend U 15 männlich. 10:00 Uhr Beginn. 11:30 - 12:00 Uhr Waage Jugend U 15 weiblich.
Mattenzahl: 4 Matten 5 x 5 m.
Meldungen: durch die Kreisjugendleitungen per E-Melder an Bezirksjugendleiter Christoph Hendrichs, E-Mail: christoph@psv-duisburg-judo.de
Meldegeld: 7,50 € je Teilnehmer, von den Kreisjugendleitungen auf das Konto des MSV Duisburg 02 Judo e.V., Sparkasse Duisburg, IBAN: DE92350500000234005080, BIC: DUISD33XXX. Meldung verpflichtet zur Zahlung.

Ostwestfalen

Kyu-Cup der männlichen und weiblichen Jugend U 9, U 12, U 15, Frauen U 18 und Männer U 18

Ausrichter: TV Wickede Abt. Judo.
Ort: Sporthalle der Gerkenschule, Hövelstr. 8, 58739 Wickede/Ruhr (beim Navi unbedingt die Postleitzahl eingeben).
Termin: Sonntag, 31. Mai 2015.
Zeitplan: 9:00 - 9:45 Uhr Waage Jugend U 9 und U 12 männlich und weiblich. ca. 10:00 Uhr Kampfbeginn. 12:00 - 12:30 Uhr Waage Jugend U 15 männlich und weiblich. 14:00 - 14:30 Uhr Waage Frauen U 18 und Männer U 18.
Mattenzahl: 4-5.
Eingeladene Vereine: TuS Iserlohn, JC Schloss Neuhaus, TuS Eichengrün Kamen, JC Holzwickede, JC Lüdinghausen.
Gewichtsklassen U 9/U 12: Einteilung in gewichtsnahen Gruppen mit max. 5 Teilnehmern (m/w gemischt).
Modus: bis 5 Teilnehmer: Jeder gegen Jeden, bis 10 Teilnehmer: Vorgepooltes K.O. System, ab 11 Teilnehmern: Doppel K.O. System.
Hinweise: Die Wettkampfleitung behält sich vor, Gewichtsklassen bzw. Gruppen zusammenzulegen und ebenso, bei ungewöhnlich vielen Teilnehmern, die Kampfzeit zu verkürzen.
Starberechtigt: U 9: A Jahrgänge 2007-2008 ab 8. Kyu. U 12: A Jahrgänge 2004-2006 8. bis 7. Kyu. U 12: B Jahrgänge 2004-2006 6. bis 4. Kyu. U 15: A Jahrgänge 2001-2003 7. bis 5. Kyu. U 15: B Jahrgänge 2001-2003 4. bis 1. Kyu. U 18: A Jahrgänge 1998-2000 ab 7. Kyu.
Meldungen: nach Gruppen (A und B) per E-Melder mit Name, Alter, Vereinszugehörigkeit, Kyu-Grad und Gewichtsklasse der einzelnen Kämpfer an: Gruppe A: Thomas Gedig, Antoniusstr. 15, 58739 Wickede (Ruhr), E-Mail: cyphon@gmx.de; Gruppe B: Ralf Eckmann, Drosselpfad 2, 59823 Arnsberg, E-Mail: ralfeckmann@web.de
Meldegeld: 7,50 € (Nachmeldungen 15,00 €), per Überweisung an: TV Wickede Abt. Judo, Kto-Nr. 1829357 bei der Sparkasse Werl, BLZ 414 517 50, IBAN: DE89414517500001829357, BIC: WELADED1WRL.
Meldeschluss: 25.5.2015 (Posteingang).
Kontakt: Matthias Gedig, Tel.: 0 23 77 / 69 01, mobil: 01 70 / 1 63 31 33, E-Mail: matzgedig@gmx.de

Recklinghausen

Kreiseinzelmeisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 12 und U 15

Ausrichter: KSV 1920 Erkenschwick e.V. Judoabteilung.
Ort: Wilhelm-Winter-Sporthalle des Willy-Brandt-Gymnasiums, Otto-Hue-Straße (Schulzentrum), 45739 Oer-Erkenschwick.
Datum: Sonntag, 19. April 2015.
Zeitplan: 9:00 - 9:30 Uhr Waage Jugend U 12 männlich. 10:30 - 11:00 Uhr Waage Jugend U 12 weiblich. 12:00 - 12:30 Uhr Waage Jugend U 15 männlich. 13:30 - 14:00 Uhr Waage Jugend U 15 weiblich.
Mattenzahl: 3-4.
Meldungen: per Diskmelder an kreisjugend@judo-re.de
Meldegeld: 6,00 €, vor der Waage zu zahlen. Meldungen verpflichten zur Zahlung. Alle Quali-

fizierten müssen das Meldegeld für die BEM bei der KEM zahlen.

Meldeschluss: 13.4.2015.
Anreise: Richtung Oer-Erkenschwick Stadtmitte, dann Schulzentrum, Dreifeldsporthalle, Otto-Hue-Straße/Christoph-Stöver-Straße
Eintrittsgeld: Erwachsene 1,50 €. Kinder/Jugendliche haben freien Eintritt.

Steinfurt

Kreiseinzelmeisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 12 und U 15 und

Kreis-Poolturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 9

Ausrichter: Stella Bevergern Judoabteilung.
Datum: Samstag, 25. April 2015.
Ort: „Grüne Halle“ im Vogelsang, 48477 Hörstel-Riesenbeck.
Zeitplan: 9:00 - 9:30 Uhr Waage Jugend U 15 männlich und weiblich. 10:00 - 10:30 Uhr Waage Jugend U 12 männlich unter 34 kg. 11:00 - 11:30 Uhr Waage Jugend U 12 männlich über 34 kg. 12:00 - 12:30 Uhr Waage Jugend U 12 weiblich. 13:00 - 13:30 Uhr Waage Jugend U 9 männlich und weiblich.
Mattenzahl: 3.
Meldung: bitte per E-Melder bis zum 20.4.2015 an Alkemeyer@gmx.de. Meldet alle eure Teilnehmer an, auch eure Wackelkandidaten!
Hinweis: Die vier Erstplatzierten der Kreismeisterschaft qualifizieren sich zur Bezirksmeisterschaft. Das Meldegeld für die Bezirksmeisterschaft ist direkt bei der KEM zu zahlen.
Meldegeld: 6,00 € pro Teilnehmer.

Südwestfalen

Kreiseinzelmeisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 12 und U 15 und

Kreiseinzeltournament der männlichen und weiblichen Jugend U 9

Ausrichter: Judo-Club Halver e.V.
Ort: Halle des Anne-Frank-Gymnasiums Halver, Kantstraße, 58553 Halver.
Datum: Samstag, 25. April 2015.
Zeitplan: 10:00 - 10:30 Uhr Waage Jugend U 9 männlich und weiblich. ca. 10:45 Uhr Kampfbeginn. 12:00 - 12:30 Uhr Waage Jugend U 12 männlich und weiblich. 13:00 - 13:30 Uhr Waage Jugend U 15 männlich und weiblich.
Matten: zwei.
Hinweis: Bei der U 9 wird in gemischten Gruppen männlich und weiblich gekämpft.
Meldungen: an Andrea Haarmann, E-Mail: sirmolly@t-online.de (E-Melder) und Sabine Blätgen, Am Hang 6, 58553 Halver, Tel.: 0 23 53 / 33 63, E-Mail: sabine.blaetgen@judo-club-halver.de
Meldegeld: 6,00 €, zu zahlen auf das Vereinskonto des JC Halver e.V. IBAN: DE28447615347857245500, BIC: GENODEM1NRD. Bei Nachmeldungen ist doppeltes Meldegeld fällig.
Meldeschluss: 20.4.2015.

Training mit Frank Wieneke

Ausrichter: TuS Lendringsen 1894 e.V. Abt. Judo.
Tag: Samstag, 13. Juni 2015.
Ort: Turnhalle der Realschule Lendringsen (Schulzentrum Bieberberg), Drosselstr. 2, 58710 Menden.
Zeit: Beginn 10:00 Uhr. Ende ca. 16:30 Uhr.
Thema: Stand- und Bodentechniken.
Teilnehmer: U 17, U 20 und Senioren.
Meldungen: bis zum 31.5.2015 per E-Mail an h.kletke@t-online.de. Die Teilnehmeranzahl wird auf 110 Personen begrenzt. Berücksichtigung der Teilnehmer nach Eingang der Meldung.
Kosten: 15,00 €, zu zahlen mit der Anmeldung auf folgendes Konto: Mendener Bank, IBAN: DE28447613120330223121, BIC: GENODEM1MEN. Nach Eingang der Zahlung, erfolgt eine Teilnahmebestätigung per E-Mail.
Sonstiges: Zwischen den Trainingseinheiten steht Frank für Fragen, Autogramme und Fotos zur Verfügung. Für Speisen und Getränke während des Lehrgangs, wird gegen eine geringe Umlage von Seiten des Ausrichters gesorgt.

QUALIFIZIERUNG

„Bewegt ÄLTER werden mit JUDO - sportlich, fit & mobil sein/ werden!“ - LG 60/15

Datum: Samstag, 25. April 2015.
Zeit: 10:00 - 16:30 Uhr.
Ort: Am Sportplatz, Welver.
Inhalte: Folge 1 der Qualifizierungsmaßnahmen im Programm „Bewegt ÄLTER werden mit JUDO!“: Didaktik und Methodik im Anfängerunterricht - speziell für die Zielgruppe des jungen (ca. 25 bis 45 Jahre) und mittleren (ca. 40 bis 66 Jahre) Erwachsenenalters.
Umfang: 7,5 Lerneinheiten.
Referenten: Ulrich und Malte Klocke.
Zielgruppe: Am Thema interessierte Judokas, Trainer C-Lizenzinhaber, die ihre Lizenz verlängern lassen möchten.
Kosten: 25,00 €
Verpflegung: Mittagsimbiss.
Anmeldung: mit dem Anmeldeschein für Lehrgänge bis spätestens 13.4.2015 an den NWJV, Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24.

Kampfrichterlehrgang für Trainer C- und Dan-Anwärter - LG 36/15

Datum: Freitag, 1. Mai 2015 (Tag der Arbeit).
Zeit: 10:00 - 17:00 Uhr.
Ort: RWE Rhein-Ruhr-Sporthalle, Mülheim an der Ruhr.
Inhalte: Wettkampf- und Bewertungssysteme, Kampfregeln, Jugendsportordnung, Bewertung von Techniken (Winkelrichtungen), Verhalten Trainer an der Matte, Vorbereitung auf den ersten Kampf, Aufwärmen, Verletzungen (Arzt, Sanitäter).
Umfang: 8 Lerneinheiten.
Referenten: Panajotis Papadopoulos und Dieter Bruns.
Kosten: 5,00 €, bar vor Ort zu bezahlen.
Verpflegung: Selbstverpflegung.
Anmeldung: mit dem Anmeldeschein für Lehr-

gänge bis spätestens 20.4.2015 an den NWJV, Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24.

Kampfrichterlehrgang für Trainer C- und Dan-Anwärter - LG 37/15

Datum: Sonntag, 10. Mai 2015.

Zeit: 10:00 - 17:00 Uhr.

Ort: Heinritzstraße, Hagen.

Inhalte: Wettkampf- und Bewertungssysteme, Kampfregeln, Jugendsportordnung, Bewertung von Techniken (Winkelrichtungen), Verhalten Trainer an der Matte, Vorbereitung auf den ersten Kampf, Aufwärmen, Verletzungen (Arzt, Sanitäter).

Umfang: 8 Lerneinheiten.

Referenten: Brigitte Müller und Fritz Salewsky.

Kosten: 5,00 €, bar vor Ort zu bezahlen.

Verpflegung: Selbstverpflegung.

Anmeldung: mit dem Anmeldeschein für Lehrgänge bis spätestens 1.5.2015 an den NWJV, Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24.

„Vom spielerischen Zweikämpfen zum Judo“ - LG 53/15

Datum: Samstag, 30. Mai 2015.

Zeit: 10:00 - 16:30 Uhr.

Ort: Osterath

Inhalte: Vom spielerischen Zweikämpfen zum Judo: hinführende Ideen und praktische Umsetzungsmöglichkeiten, um Kinder zum Wettkämpfen zu motivieren („Kämpfen im Judo ist wie Spielen in den Sportsportarten“).

Umfang: 7,5 Lerneinheiten.

Referenten: Andreas Kleeegräfe und Ulla Ließmann.

Zielgruppe: Am Thema interessierte Judokas, Trainer C-Lizenzinhaber, die ihre Lizenz verlängern lassen möchten.

Kosten: 25,00 €

Verpflegung: Mittagsimbiss.

Anmeldung: mit dem Anmeldeschein für Lehrgänge bis spätestens 8.5.2015 an den NWJV, Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24.

Trainer C-Kompaktausbildung A - LG 31/15

Datum: 5. bis 12. Juli 2015.

Zeit: Beginn am 05.07.2015 um 9:30 Uhr. Ende am 12.07.2015 gegen 17:00 Uhr.

Ort: Sportschule Hennef, Sövenner Str. 60,

Anmeldeschein für Lehrgang Nr. _____ / 2015

Name: Vorname:

Straße: PLZ/Wohnort:

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

Mobil: Geburtsdatum:

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

Die jeweils gültigen Ordnungen werden mit Abgabe der Lehrgangsanmeldung anerkannt. Mir/uns ist bekannt, dass ein Rücktritt von der Lehrgangsanmeldung bei Tageslehrgängen nur bis 14 Tage vor Lehrgangsbeginn möglich ist. Ansonsten besteht kein Anspruch auf Rückerstattung der Lehrgangsgebühren. Beim Rücktritt von der Anmeldung bei mehrtägigen Lehrgängen gehen die Ausfall- bzw. Bearbeitungsgebühren, die seitens der Sportschule erhoben werden, komplett zu Lasten der angemeldeten Person.

Datum / Unterschrift (bei Minderjährigen der/s Erziehungsberechtigten)

Stempel und Unterschrift des Vereins

Lehrgangsanmeldungen ohne Vereinsstempel können nicht angenommen werden!

Die Teilnehmergebühr zu oben angegebenem Lehrgang bezahle/n ich/wir per Bankeinzug und erteile/n folgendes **SEPA-Lastschriftmandat**. Die Mandatsreferenz-Nr. und der Fälligkeitstermin werden Ihnen rechtzeitig vor dem Einzug mit der Lehrgangsbestätigung mitgeteilt.

Ich/wir ermächtige/n den Nordrhein-Westfälischen Judo-Verband e.V. (NWJV), Friedrich-Alfred-Str. 25, 47055 Duisburg (Gläubiger-Identifikationsnummer: DE62ZZZ00000346016) Zahlungen von meinem/unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich/wir mein/unser Kreditinstitut an, die vom NWJV 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 die mit meinem/unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kontoinhaber:

Anschrift des Kontoinhabers:

IBAN:

BIC:

Geldinstitut:

Datum

Rechtsverbindliche Unterschrift des Kontoinhabers

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: Andreas Kleegräfe, Frank-Michael Günther und Kai Kirbschus.

Zielgruppe: Judokas, die sich zum Trainer C Breitensport ausbilden lassen möchten.

Kosten: 400,00 €

Unterkunft/Verpflegung: in der Sportschule Hennef.

Anmeldung: mit dem Anmeldeschein für Lehrgänge bis spätestens 5.6.2015 an den NWJV, Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24.

Trainer C-Kompaktausbildung B - LG 32/15

Datum: 2. bis 9. August 2015.

Zeit: Beginn am 02.08.2015 um 9:30 Uhr. Ende am 09.08.2015 gegen 17:00 Uhr.

Ort: 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, Jennifer Goldschmidt und Ralf-Henning Schäfer.

Zielgruppe: Judokas, die sich zum Trainer C Breitensport ausbilden lassen möchten.

Kosten: 400,00 €

Unterkunft/Verpflegung: in der Sportschule Hamm-Oberwerries.

Anmeldung: mit dem Anmeldeschein für Lehrgänge bis spätestens 3.7.2015 an den NWJV, Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24.

Trainer B-Ausbildung „Gewaltprävention“ - LG 45/15

Termine: 13./14. Juni 2015, 10./11. Oktober 2015, 24./25. Oktober 2015, 7./8. November 2015.

Zeit: Beginn jeweils Samstags 10:00 Uhr.

Ende jeweils Sonntags 15:00 Uhr, außer am 11.10.2015: Ende um 10:30 Uhr.

Ort: Sportschule Hennef, Sövenner Str. 60, 53773 Hennef.

Inhalte: Qualifizierung von Trainern in der Leitung von Gewaltpräventionskursen, Erwerb von Kenntnissen in der Schulung von Kindern und Jugendlichen im Umgang mit Gefährdungssituationen, Grenzen setzen können, Verhalten in Konfliktsituationen, praktische Umsetzung in Rollenspielen.

Umfang: 60 Lerneinheiten.

Referenten: Kai Kirbschus, Steffen Puklavec, Anja Derksen, Erik Goertz und Markus Corsten.

Zielgruppe: Trainer B-Lizenzanwärter „Bewegt ÄLTER werden!“

Kosten: 400,00 €

Unterkunft/Verpflegung: in der Sportschule Hennef.

Anmeldung: mit dem Anmeldeschein für Lehrgänge bis spätestens 6.5.2015 an den NWJV, Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24.

G-JUDO

Fortbildung für Trainerassistenten Judo

Judolehrgang für Trainer-Assistenten, die bereits vom BSNW zertifiziert sind.

Termin: Freitag, 12. Juni 2015 bis Sonntag, 14. Juni 2015.

Ort: Sportschule Hennef/Sieg.

Teilnehmer: Trainerassistenten mit Zertifikat. **Kosten:** 25,00 € (50,00 € für Begleiter).

Meldungen: an BSNW, E. Mahler, Friedrich-Alfred Str. 10, 47055 Duisburg, Tel.: 02 03 / 71 74 - 1 57 oder NWJV, A. Andree, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Tel.: 02 03 / 73 81 - 6 27 oder E-Mail: Wolfgang.Janko@t-online.de

Meldeschluss: 1.6.2015

Judo bei den 19. Bethel-Athletics

Veranstalter: Behindertensportverband Nordrhein-Westfalen in Kooperation mit dem Nordrhein-Westfälischen Judo-Verband.

Ausrichter: v.-Bodenschwingsche-Stiftungen Bethel, Bewegungs- und Sporttherapeutischer Dienst.

Ort: Sportpark Gadderbaum, An der Rehwiese, 33617 Bielefeld.

Datum: Samstag, 20. Juni 2015.

Zeitplan: 10:00 Uhr Feierliche Eröffnung, Anzünden des Feuers, 11:00 Uhr Beginn der Wettkämpfe. 16:00 Uhr Siegerehrung.

Teilnehmer: Judokas mit einer Behinderung mit sportärztlichem Gesundheitszeugnis (12 Monate) und Mindestgraduierung (Weiß-Gelbgurt).

Startmöglichkeiten in drei Wettkampfklassen: Klasse I: Judokas, die aufgrund ihrer Behinderung auch mit nicht behinderten Judokas trainieren und Judo-Techniken gut umsetzen können. Diese Judokas können 80 bis 100 % der im Judo-Skill-Test beschriebenen Techniken ausführen. Das Verständnis der Sportart Judo und das Ziel des Wettbewerbes ist diesen Athleten einsichtig. Klasse II: Judokas, die aufgrund ihrer Behinderung Judo-Techniken eingeschränkt umsetzen können und in Behindertengruppen trainieren. Diese Judokas können 50 bis 80 % der im Judo-Skill-Test beschriebenen Techniken ausführen. Das Verständnis der Sportart Judo und das Ziel des Wettbewerbes ist diesen Athleten im Grundsatz bekannt. Auf Wunsch eines Kämpfers Bodenkampf, der Kämpfer muss jedoch das gesamte Turnier in der Bodenlage kämpfen (bitte bei der Meldung angeben!). Der Partner darf den nächsten Kampf wieder im Stand beginnen. Klasse III: Judokas, die aufgrund ihrer Behinderung Judo mehr als Spielform ausüben. Diese Judokas können weniger als 50 % der im Judo-Skill-Test beschriebenen Techniken ausführen. Das Verständnis der Sportart Judo und das Ziel des Wettbewerbes ist diesen Athleten in der Regel nur eingeschränkt verständlich.

Wichtig: Verbot aller Hebel- und Würgetechniken. Verbot aller Selbstfalltechniken in der Wettkampfkategorie 2, außer Tani-Otoshi. Verbot aller Selbstfalltechniken in der Wettkampfkategorie 3. Keine Startmöglichkeit ohne Gesundheitszeugnis.

Kampfrichter: werden vom Landeskampfrichterreferenten des NWJV eingesetzt.

Mattenzahl: eine.

Sonstiges: Anmeldeunterlagen bitte schriftlich per Fax oder E-Mail beim Ausrichter anfordern:

BSD, Ebenezer Weg 18, 33617 Bielefeld, Tel.: 05 21 / 1 44 - 43 81, Fax: 05 21 / 1 44 - 68 30, E-Mail: bethel.athletics@bethel.de

Der genaue Tagesablauf wie Begrüßung, Mittagessen, Siegerehrung usw. steht in den Anmeldeunterlagen.

Meldeschluss: 1.6.2015.

Infos: unter www.bethel-athletics.de

NWDK

Lehrgang „Katame No Kata“

Veranstalter: NWDK Arbeitskreis Kata.

Termin: Sonntag, 12. April 2015.

Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr.

Ort: Am Sportplatz 13, 59514 Welver.

Referenten: José Pereira, 5. Dan, NWDK-Landesreferent Katame No Kata, DJB-Kata-Wertungsrichter, Eddy Covyn, 4. Dan, mehrmaliger Deutscher Meister Nage No Kata.

Zielgruppe: Wettkampforientierte Athleten, Multiplikatoren in ihren Kreisen, Dan-Prüfer, Wertungsrichter sowie interessierte Judokas, die die Grundform der Kata beherrschen.

Teilnehmergebühr: keine.

Bemerkung: Bitte per E-Mail anmelden: jose.pereira@nwdk.de

Kreis Aachen

Technikvorbereitungslehrgang zum Erwerb des 1. Kyu mit abschließender Prüfung

Ausrichter: NWDK Kreis Aachen.

Termine: Sonntag, 10. Mai 2015, Sonntag, 17. Mai 2015 und Sonntag, 24. Mai 2015 mit anschließender Prüfung.

Ort: Martin-Luther-Schule, Desdorferstraße, 50189 Elsdorf.

Zeit: 10:00 - 13:00 Uhr.

Teilnehmer: ab 2. Kyu und für interessierte Trainer.

Referenten/Prüfer: Jörn Stermann-Sinsilewski, 5. Dan, Ibrahim El Abdouni, 5. Dan, Christina Weitz, 1. Dan.

Kosten Lehrgang: keine.

Kosten Prüfung: Es werden Teilnehmergebühren für die Prüfung erhoben. Die Höhe richtet sich nach der Anzahl der Prüfungsteilnehmer (Prüfungsmarken und ggf. Urkunden sind selber mitzubringen).

Wichtig! Alle Teilnehmer bringen bereits zu Beginn des Lehrgangs ihre Judopässe mit.

Meldung: schriftlich nur über den Verein per E-Mail: joernsinsilewski@aol.com; per Post: Jörn Stermann-Sinsilewski, Goltsteinstr. 2 c, 52459 Inden, Tel.: 0 24 23 / 4 06 20.

Anreise: über die A 4 Richtung Köln, Ausfahrt Elsdorf/Buir, nach rechts auf die L 276 Richtung Elsdorf, nach ca 2,5 km dem Straßenverlauf auf die K 34 folgen (vorbei an Gestüt Tanneck), ca. 3 km bis zur B 477, links Richtung Elsdorf, nach ca 4 km im Kreisverkehr geradeaus (2. Ausfahrt), nach 500 m links Richtung Elsdorf. Die Sporthalle liegt nach ca 1 km dem Straßenverlauf folgend links (hinter der Martin-Luther-Schule);

über die A 44 Richtung Düsseldorf, Ausfahrt Jülich/Ost, nach rechts auf die B 55 n Richtung Jülich, nach ca 16 km rechts Richtung Elsdorf,

im Kreisverkehr die 1. Ausfahrt auf die Desdorferstraße. Die Sporthalle liegt nach ca 500 m dem Straßenverlauf folgend links (hinter der Martin-Luther-Schule).

Kreis Bielefeld

1. Kyu-Lehrgang

Ausrichter: NWDK Kreis Bielefeld/Wiedenbrücker TV.

Ort: Piussschulturnhalle, Schulstr. 11, 33378 Rheda-Wiedenbrück.

Datum: Samstag, 30. Mai 2015.

Zeit: 10:00 - 15:00 Uhr.

Teilnehmer: interessierte Judokas ab 4. Kyu.

Themen: Prüfungsprogramme 3.-1. Kyu, Nage-No-Kata 3.-1. Kyu.

Referenten: Rainer Andruhn, 6. Dan, Andreas Büker, 4. Dan, Jörg Zimmermann, 1. Dan.

Meldung: schriftlich durch den jeweiligen Verein bis zum 23.5.2015 unter Angabe der Teilnehmerzahl und Kyu-Grad an den KDV, Fax: 0 52 42 / 5 59 40.

Teilnehmergebühr: 5,00 € pro Teilnehmer in bar, am Lehrgangstag zu zahlen.

Sonstiges: Gültiger Judopass ist vorzulegen. Bei zu geringer Teilnehmerzahl fällt der Lehrgang aus.

Kreis Recklinghausen

Vorbereitungslehrgang zum 3., 2. und 1. Kyu auf Kreisebene

Termine/Zeit: Teil 1: Sonntag, 26. April 2015, 10:00 - 14:00 Uhr. Teil 2: Sonntag, 3. Mai 2015, 10:00 - 14:00 Uhr. Teil 3: Sonntag, 17. Mai

2015, 10:00 - 13:00 Uhr.

Ort: Klaus-Bechtel-Halle (Neue Zweifach-Turnhalle), Fritz-Erler-Straße, 45701 Herten.

Teilnehmer: Alle interessierten Judokas ab 4. Kyu, Vereinstrainer und Kyu-Prüfer, Prüflinge zum 1. Kyu, die ihre Prüfung im Verein ablegen wollen.

Themen: Prüfungsinhalte zum 3., 2. und 1. Kyu (Kata, Stand und Boden).

Anmeldung: per E-Mail über den Verein an Tobias Kauch, Ludgerusstr. 10, 45701 Herten, E-Mail: tobias.kauch@nwdk.de, Tel.: 0 23 66 / 30 81 82, Fax: 0 23 66 / 30 93 92.

Teilnehmergebühr: 10,00 € (zu zahlen am ersten Lehrgangstag).

Bemerkung: Im Anschluss an den letzten Lehrgangstag findet die Kreisprüfung statt. Teilnahme am Lehrgang nur mit gültigem Judo-Pass. Ein begleitendes Training im Verein sollte selbstverständlich sein.

Kreisprüfung

Datum: Sonntag, 17. Mai 2015.

Zeit: ab 13:15 Uhr.

Ort: Klaus-Bechtel-Halle (Neue Zweifach-Turnhalle), Fritz-Erler-Straße, 45701 Herten.

Teilnehmer: Teilnehmer des Kyu-Vorbereitungslehrgangs und Prüflinge zum 1. Kyu, die eine Prüfung ohne vorherige Teilnahme an einem Kreislehrgang ablegen wollen.

Anmeldung: bis eine Woche vor dem Prüfungstermin oder während des Lehrgangs an Tobias Kauch, Ludgerusstr. 10, 45701 Herten, E-Mail: tobias.kauch@nwdk.de, Tel.: 0 23 66 / 30 81 82, Fax: 0 23 66 / 30 93 92.

Kosten: 5,00 € pro Prüfling.

Bemerkung: Die Prüflinge haben für Teilnehmermarken für die Kyu-Prüfung und bei Bedarf Urkunden selbst Sorge zu tragen. Teilnahme an der Prüfung nur mit gültigem Judo-Pass (Tori und Uke).

Kreis Steinfurt

Vorbereitungslehrgang 3.-1. Kyu

Veranstalter: NWDK Steinfurt.

Ausrichter: TV Mesum.

Termine/Zeit: Samstag, 2. Mai 2015, 14:00 - 18:00 Uhr. Sonntag, 3. Mai 2015, 10:00 - 14:00 Uhr.

Ort: Franziskushalle, Franziskusstr. 16, 48432 Rheine.

Referenten: B. Conrad, P. Scheinert.

Mitzubringen: Gültiger Judopass Tori und Uke.

Anmeldung: nur über den Verein bis zum

26.4.2015 an bryan.conrad@nwdk.de

Gebühr: 5,00 € pro Teilnehmer. Die Gebühr ist vor Beginn des Lehrgangs an den KDV zu zahlen.

Info: Für diesen Lehrgang werden 10 UE im Judopass vermerkt. Der Lehrgang ist ein Jahr gültig und kann zur Teilnahme an einer Vereinsprüfung genutzt werden. Für Getränke und Verpflegung ist selber zu sorgen.

Trainer C-Verlängerung (Basics)

Veranstalter: NWDK Steinfurt.

Ausrichter: JG Ibbenbüren.

Datum: Sonntag, 17. Mai 2015.

Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr.

Ort: Dojo, Schulstr. 25, 49479 Ibbenbüren.

Referent: Klaus Büchter, 6. Dan.

Mitzubringen: Gültiger Judopass.

Anmeldung: nur über den Verein bis zum

10.5.2015 an bryan.conrad@nwdk.de

Gebühr: 10,00 € pro Teilnehmer. Die Gebühr ist vor Beginn des Lehrgangs an den KDV zu zahlen.

Info: 5 UE werden vom NWJV als Trainer C-Verlängerung anerkannt. Teilnehmer aus anderen Kreisen sind herzlich eingeladen.

Landeslehrgang Technik

Verlängerung Trainer C Breitensport - 5 UE

Veranstalter: NWJJV e.V.

Ausrichter: DJK Coesfeld

Thema: Wurftechniken

Datum: Samstag, 18. April 2015.

Zeit: 15:00 - 19:00 Uhr.

Ort: Dieselstr. 33, 48653 Coesfeld.

Referent: Wolfgang Kroel, 8. Dan, Lehrwart NWJJV e.V.

Kosten: 15,00 €

Dan-Vorbereitung 3

Veranstalter: NWJJV e.V.

Ausrichter: PTSV Aachen e.V.

Datum: Samstag, 18. April 2015.

Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.

Ort: Eulersweg 15, 52070 Aachen.

Leitung: Mitglieder des Dan-Prüfergremiums.

Kosten: 15,00 €

Vermerk: Die Lehrgangsgebühr wird zum Veranstaltungsbeginn in bar entrichtet. Bitte nach

Möglichkeit abgezähltes Geld mitbringen.

Meldung: Anmeldeformular (siehe NWJJV-Homepage/Downloads) spätestens drei Wochen vor dem Lehrgang an den Prüfungsreferenten senden.

Bitte Übungswaffen, Schutzausrüstung und Schlagpolster mitbringen.

Landeslehrgang Technik Bezirk Bielefeld

Veranstalter: NWJJV e.V.

Ausrichter: HSP Münster e.V.

Thema: Kombinationen.

Datum: Samstag, 18. April 2015.

Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.

Ort: Horstmarer Landweg 51, 48149 Münster.

Referent: Brian Smith, 3. Dan, Bezirksvertreter.

Kosten: 10,00 €

Vermerk: 30 Jahre Ju-Jutsu beim HSP Münster.

3. Kaderlehrgang

Trainer-C Leistungssport - 5 UE

Veranstalter: NWJJV e.V.

Ausrichter: Bushido Ryu Gelsenkirchen.

Thema: Saisonstart und Sichtung.

Datum: Samstag, 18. April 2015.

Zeit: 13:00 - 18:00 Uhr. Eintreffen bis 12:45 Uhr.

Ort: Cranger Str. 184-186, 45891 Gelsenkirchen.

Leitung: Ralf Pollnow.

Kosten: 15,00 €

Verlängerung der Lehrbefähigung - 5 UE

Veranstalter: NWJJV e.V.

Ausrichter: TV Eichen.

Datum: Sonntag, 19. April 2015.

Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr.

Ort: Schulzentrum Stählerwiese, 57223 Kreuztal.

Referenten: Wolfgang Kroel, 8. Dan, Lehrwart NWJJV e.V.

Kosten: 15,00 €
Vermerk: Nächste Verlängerung 5 UE am 13.9.2015. Teilnahme nur für Sportler, deren Lehrbefähigung an diesem Tage noch Gültigkeit hat. Ansonsten Verlängerung 15 UE am 19./20.9.2015 in Kreuztal.

Landeslehrgang Jugend

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: BC Olfen.
Thema: Weiterführungs-/Gegentechniken.
Datum: Sonntag, 19. April 2015.
Zeit: 11:00 - 14:00 Uhr.
Ort: Von-Vincke-Str. 1, 59399 Olfen.
Referent: Ralf Krämer, 4. Dan, Bezirksvertreter.
Kosten: 5,00 €

Landeslehrgang Technik

Verlängerung Trainer C Breitensport - 5 UE
Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: HAT Hilden.
Thema: Realistische SV mit Hilfe von Ju-Jutsu Techniken.
Datum: Samstag, 25. April 2015.
Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.
Ort: Am Holterhöfchen 22, 40724 Hilden.
Referenten: Wolfgang Kroel, 8. Dan, Lehrwart NWJJV e.V., Johnny Dekorsi, 4. Dan, Bezirksvertreter.
Kosten: 15,00 €

Landeslehrgang Fighting

Trainer C Leistungssport - 5 UE
Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: JJJC Nettetal
Thema: Fighting für Interessierte/Regelwerk.
Datum: Samstag, 25. April 2015.
Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.
Ort: Blumenallee, 41334 Nettetal.
Referenten: Jan Beisner, Werner Dermann.
Kosten: 15,00 €

Landeslehrgang Technik

Verlängerung Trainer C Breitensport 5 UE
Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: TC Kreuzau.
Thema: Weiterführungs- und Gegentechniken, Variationen von Wurftechniken.
Datum: Samstag, 2. Mai 2015.
Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.
Ort: Windener Weg 7, 52372 Kreuzau.
Referent: Achim Hanke, 8. Dan.
Kosten: 20,00 €

Landeslehrgang Technik Bezirk Bielefeld

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: TV Jahn Bad Driburg e.V.
Thema: Ju-Jutsu und trad. jap. Budo in Tradition und Methodik.
Datum: Sonntag, 3. Mai 2015.
Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr.
Ort: Städt. Gymnasium, Kapellenstr. 15, 33014 Bad Driburg.
Referent: Horst Radtke, 5. Dan.
Kosten: 10,00 €

Prüferlizenzneuerwerb 2

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: SG Langenfeld e.V.
Datum: Sonntag, 17. Mai 2015.
Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr.
Ort: Langforter Str. 72, 40764 Langenfeld.
Leitung: Michael Maas, 6. Dan, Referent Prüfungswesen.
Kosten: 30,00 € für Teil 1 und 2 zusammen, vor Teil 1 zu entrichten.
Vermerk: Gebühr wurde bereits vor Ausbildungsteil 1 entrichtet, bitte keine weitere Überweisung tätigen.
Meldung: Anmeldung vom Teil 1 gilt auch für Teil 2. Neuanmeldung ist nicht erforderlich. DJJV-Pass zu Beginn der Veranstaltung vorlegen.

Landeslehrgang Jugend

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: JSV Lippstadt.
Thema: Hebeltechniken.
Datum: Sonntag, 17. Mai 2015.
Zeit: 10:00 - 13:00 Uhr.
Ort: St. Hedwigstraße, 59555 Lippstadt.
Referent: Ralf Krämer, 4. Dan, Bezirksvertreter.
Kosten: 5,00 €

Landeslehrgang Jugend

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: TV Littfeld.
Thema: Bewege Dich richtig und sinnvoll.
Datum: Sonntag, 17. Mai 2015.
Zeit: 10:00 - 13:00 Uhr.
Ort: Turnhalle der Grundschule, 57223 Kreuztal-Littfeld.
Referent: Wolfgang Kroel, 8. Dan, Lehrreferent NWJJV e.V.
Kosten: 5,00 €

Landeslehrgang Jugend

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: BSV Leese.
Thema: Spannende Kombinationen im Stand und im Boden.
Datum: Sonntag, 17. Mai 2015.
Zeit: 10:00 - 13:00 Uhr.
Ort: Sporthalle Wittighöfer Straße/Leeser Weg, 32657 Lemgo-Leese.
Referent: Brain Smith, 3. Dan, Bezirksvertreter.
Kosten: 5,00 €

Landeslehrgang Technik Bezirk Mönchengladbach

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: JJJC Nettetal.
Thema: Verteidigung gegen Messer/Stock und Einsatz von Waffen.
Datum: Samstag, 30. Mai 2015.
Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.
Ort: Blumenallee, 41334 Nettetal.
Referent: Detlef Eschrich, 3. Dan.
Kosten: 10,00 €

Landeslehrgang Technik Bezirk Bielefeld

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: TV Jahn Driburg.
Thema: Prüfungsrelevante Themen im Kyu-Bereich.

Datum: Samstag, 30. Mai 2015.
Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr.
Ort: Städt. Gymnasium, Kapellenstr. 15, 33014 Bad Driburg.
Referent: Prüfer aus dem Bezirk.
Kosten: 10,00 €

Kaderlehrgang

Verlängerung Trainer C Leistungssport 5 UE
Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: SU Witten-Annen.
Thema: Duo und Fighting.
Datum: Sonntag, 31. Mai 2015.
Zeit: 13:00 - 19:00 Uhr.
Ort: Kälberweg 2, 58453 Witten.
Referent: Ralf Pollnow.
Kosten: 5,00 € unter 18 Jahre, 15,00 € über 18 Jahre.

Landeslehrgang Technik Bezirk Arnsberg

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: JSC Soest.
Thema: Stock- und Messerabwehr.
Datum: Sonntag, 31. Mai 2015.
Zeit: 11:00 - 15:00 Uhr.
Ort: Paradieser Weg 20, 59494 Soest.
Referent: Ralf Krämer, 4. Dan, Bezirksvertreter.
Kosten: 10,00 €

Bezirksprüfung Siegen

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter: TV Littfeld.
Datum: Sonntag, 31. Mai 2015.
Zeit: Beginn 10:00 Uhr.
Ort: Turnhalle der Grundschule, 57223 Kreuztal-Littfeld.
Leitung: Frank Zimmermann, 2. Dan, Bezirksvertreter.
Kosten: je nach Teilnehmerzahl.

Dan-Prüfung 2 (U45/UE45)

Veranstalter: NWJJV e.V.
Ausrichter und Ort: Bitte Bekanntmachung auf der NWJJV Homepage www.ju-jutsu-nwjjv.de beachten.
Datum/Zeit: 13./14. Juni 2015, Eintreffen 10:00 Uhr. Start 11:00 Uhr.
Leitung: Michael Maas, 6. Dan, Referent Prüfungswesen, Robby Prümm, 8. Dan, Referent Senioren.
Kosten: 70,00 €
Vermerk: Gebühr bitte zeitgleich zur Anmeldung auf das Verbandskonto überweisen: NWJJV, IBAN: DE77370501981900556307, BIC: COLSDE33XXX, Spk Köln-Bonn, Verwendung: Dan-Prüfung 2, [Name, Vorname]. Überweisungsnachweis muss zur Prüfung vorgelegt werden.
Meldung: Anmeldeformular (siehe NWJJV Homepage/Downloads) zusammen mit Nachweiskopien spätestens sechs Wochen vor der Prüfung an den zuständigen Bezirksvertreter senden.
Bitte Überweisungsnachweis zusammen mit dem DJJV-Pass zu Beginn der Veranstaltung vorlegen.



Lehrgang mit Shihan Hideo Ochi, DJKB-Chief-Instructor, 8. Dan

Ausrichter: Bushido Münster e.V., Klaus Marezke, Tel. und Fax: 02 51 / 71 79 06, E-Mail: info@bushido-muenster.de, www.bushido-muenster.de

Termin: Samstag, 25. April 2015.

Lehrgangsort: Ludwig-Erhard-Berufskolleg Münster, Gut Insel 41, 48151 Münster.

Zeitplan: 1. Training: 11:00 - 12:30 Uhr 9. - 5. Kyu. 12:30 - 14:00 Uhr 4. Kyu - Dan. 2. Training: 15:00 - 16:00 Uhr 9. - 5. Kyu. 16:00 - 17:00 Uhr 4. Kyu - Dan. 20:00 Uhr Gemütliche Talkrunde für alle mit Shihan Ochi.

Prüfungen: um ca. 17:00 Uhr bis 1. Kyu und Dan-Prüfungen zum 1. und 2. Dan. Bitte mitbringen: Prüfungsmarken und -urkunden, Ausweis inklusive Passbild und gültiger Jahressichtmarke. Getränke/Imbiss bitte selbst mitbringen.

Lehrgangsgebühr: 20,00 €. Einzelne Einheiten können nicht abgerechnet werden.

Übernachtung: Touristik Info MS: www.muenster.de, www.djh.de/jugendherbergen/

Termine

18. April 2015	Fortbildungsmaßnahme NRW Jugend/Junioren in Wattenscheid
25. April 2015	Westdeutsche Meisterschaften in Niederkrüchten
25. April 2015	Lehrgang mit Shihan Hideo Ochi in Münster
2. Mai 2015	Fortbildungsmaßnahme NRW Jugend/Junioren in Wattenscheid
9. Mai 2015	DM Jugend/Junioren/Senioren in Bochum
24./25. Mai 2015	EM Jugend in Bochum
20. Juni 2015	Nakayama-Cup in Krefeld

muenster, Jugendgästehaus am Aasee: 02 51 / 53 02 80, Bismarckallee, 48151 Münster.

Haftung: Veranstalter und Ausrichter übernehmen keinerlei Haftung.

Niederschrift über die Mitgliederversammlung des Karateverbandes Nordrhein-Westfalen e.V. (KarateNW)

am 1. März 2015 im Tryp Hotel, Josef-Haumann-Str. 1, Bochum-Wattenscheid

TOP 1 Begrüßung, Feststellung der ordnungsgemäßen Einladung und Beschlussfähigkeit

Die Sitzung wurde von Klaus Lammers-Wiegand und Horst Wagner um 11:00 Uhr eröffnet. Sie begrüßten alle Anwesenden, stellten die ordnungsgemäße Einladung und die Beschlussfähigkeit fest.

TOP 2 Wahl eines Protokollführers

Stefan Larisch wurde einstimmig zum Protokollführer gewählt.

TOP 3 Genehmigung der Tagesordnung

Die Tagesordnung wurde von den Teilnehmern einstimmig genehmigt und es wurden keine weiteren Punkte eingeführt.

TOP 4 Genehmigung der Niederschrift über die Jahreshauptversammlung 2014

Die Niederschrift über die Mitgliederversammlung 2014 wurde in der Zeitschrift „der budoka“ Nr. 06/2013 veröffentlicht. Sie wurde einstimmig genehmigt.

TOP 5 Entgegennahme der Berichte der Vorstandsmitglieder und der Referenten

Marcus Haack erläuterte eingehend die Jugendarbeit im Verband. Im Jahr 2014 fanden zehn Fortbildungsmaßnahmen mit Marcus Haack und Andreas Klein als Trainer und mit Klaus Wiegand als Stützpunktleiter statt. Für 2015 sind bis zum Sommer sechs Fortbildungsmaßnahmen geplant. Eine zusätzliche Fortbildungsmaßnahme wurde auf dem Renshu und Willich angeboten.

Die Westdeutschen Meisterschaften, alt Hellweg-Cup, in Wattenscheid und die Landesmeisterschaften in Gladbeck wurden sehr gut besucht.

Auf den Landesmeisterschaften und den anschließenden Deutschen Jugend-Meisterschaften im Juni in Bochum errangen Karatekas aus Nord-

rhein-Westfalen mehrfach Podiumsplätze. Der Kids-Cup schloss das Jahr 2014 im November ab.

Karatekas aus Nordrhein-Westfalen nahmen an der WM in Japan und der EM teil.

2015 findet die EM der Kinder und Jugendlichen in Bochum statt, die DM der Senioren in Prag.

Das spezielle Kata-Training am Mittwoch und das Kumite-Training am Donnerstag in Wattenscheid besuchen immer mehr Karatekas aus Nordrhein-Westfalen.

Es hat sich eine deutliche verbesserte Teamfähigkeit entwickelt (z.B. man traf sich bei der Fußball-WM zum PublicViewing).

2015 wird der Kids-Cup zusammen mit der Landesmeisterschaft ausgetragen.

Positiv wurde die neue Disziplin Jiyu-Ippon-Team beim Nakayama Gedächtnisturnier aufgenommen. Ein Vergleichskampf gegen Bulgarien ist für 2015 oder 2016 geplant.

Klaus Lammers-Wiegand berichtet über die stattgefundenen Deutschen Meisterschaften der Kinder und Jugend in Bochum.

2016 und 2016 finden die Deutschen Meisterschaften der Junioren und Senioren und der Kinder und Jugend in Bochum statt, ein Ort für die spätere Ausrichtung ist noch offen.

2015 finden am Pfingstwochenende die Europameisterschaften der Kinder und Jugendlichen in Bochum im RuhrCongress statt. Vorverkauf beginnt auf der DM in Bochum.

Zu den neuen Vereinen in Nordrhein-Westfalen gibt es sehr gute Verbindungen, am 18. April 2015 findet ein Lehrgang mit Michael Jarchau, Marcus Haack, Klaus Wiegand und Norbert Schiffer in Neukirchen-Vluyn statt.

Marcus Haack und Klaus Wiegand berichten über die gute Zusammenarbeit mit dem Bundeskampfrichterreferenten Xaver Eldracher und über die guten Kontakte zu den Bundestrainern Thomas Schulze und Markus Rues.

Mehrere Athleten haben den Sprung in den Bundeskader geschafft und konnten sich auch dort bis zur Spitze durchsetzen.

Marcus Haack berichtete über die Kampfrichterausbildung im vergangenen Jahr. Es wurden verstärkt Kampfrichter aus Nordrhein-Westfalen auf Bundesebene eingesetzt. Es sollen ca. 6-8 Kampf-

richter aus NRW jeweils bei der Deutschen Meisterschaft und beim JKA-Cup in Bottrop eingesetzt werden.

Marcus Haack wird international als Kampfrichter seit der EM in Prag eingesetzt.

Markus Haack berichtete über die Übungsleiterausbildungen, die im letzten Jahr stark frequentiert waren. Der Lehrgang für die Lizenzverlängerung wurde sehr gut angenommen.

Es wird eine Zusammenarbeit mit dem Stadt Sportbund Hagen angestrebt.

Stefan Larisch fasste noch einmal das Ergebnis des Jugendverbandstages zusammen (siehe Protokoll Verbandsjugendtag 2015).

Monika Assmann berichtete über die Arbeit des der Geschäftsführung des Verbandes.

Es gab reges Interesse an der Arbeit der Geschäftsstelle im vergangenen Jahr.

2014 konnte Monika Assmann 13.720 Euro Zuschüsse für den Verband hereinholen.

Die erhöhten Kosten für die Jugend konnten so ausgeglichen werden, für 2015 lässt sich nur sehr schwer der Anteil an Zuschüssen vorab berechnen und wird darum auch für 2015 wieder etwas konservativer angesetzt.

Die letzte Beitragserhöhung der Mitgliedsbeiträge fand 2009 statt und eine Erhöhung ist nicht vor 2016 geplant.

Die Einnahmen haben sich geringfügig verringert und die Anzahl der Vereine war 2014 durch Kündigungen und Neuaufnahmen gleichbleibend.

Fortbildungsmaßnahmen werden 2015 auf der Internetseite veröffentlicht und die Vereine werden über eine E-Mail informiert.

Der Ansatz für 2015 ergibt sich aus den Zahlen von 2014.

TOP 6 Kassenbericht und Bericht des Kassensprüfers

Horst Wagner berichtet über die Prüfung der Kasse. Die Kasse wurde ordnungsgemäß geführt, es gibt keinerlei Beanstandungen. Horst Wagner empfiehlt die Entlastung der Kassenwartin Monika Assmann.

TOP 7 Wahl eines Versammlungsleiter

Ingo Beckmann wurde einstimmig zum Versammlungsleiter gewählt.



TOP 8 Entlastung des Vorstandes

Ingo Beckmann bedankte sich beim Vorstand für die Arbeit im vergangenen Jahr und schlug vor, den gesamten Vorstand in einem Zuge zu entlasten.

Der 1. Vorsitzende Klaus Lammers-Wiegand ist einstimmig entlastet worden.
Der technische Leiter Marcus Haack ist einstimmig entlastet worden.
Die Kassenwartin Monika Assmann ist einstimmig entlastet worden.

TOP 9 Benennung des Wahlleiters für die Neuwahl des Vorstandes

Ingo Beckman wurde einstimmig zum Wahlleiter für die Wahl des Vorstandes gewählt.

TOP 10 Wahl des 1. Vorsitzenden

Klaus Lammes-Wiegand wurde einstimmig zum 1. Vorsitzenden des Vorstandes gewählt.

TOP 11 Wahl des 2. Vorsitzenden

Horst Wagner wurde einstimmig zum 2. Vorsitzenden des Vorstandes gewählt.

TOP 12 Wahl des Kassenwartes

Monika Assmann wurde einstimmig zur Kassenwartin gewählt.

TOP 13 Wahl des technischen Leiters

Marcus Haack wurde einstimmig zum technischen Leiter gewählt.

TOP 14 Bestätigung des Jugendwartes

Stefan Larisch wurde einstimmig als Jugendwart bestätigt.

TOP 15 Beratung und Beschlussfassung über den Haushalt 2015

Der Ansatz für 2015 ergibt sich aus den Zahlen von 2014.
Der Haushaltsansatz für das Jahr 2015 wurde einstimmig angenommen.

TOP 16 Beratung und Beschlussfassung über vorliegende Anträge

Es lagen keine Anträge vor.

TOP 11 Verschiedenes

Marcus Haack plant in der 2.Hälfte 2015 eine Trainerassistentenausbildung.

Klaus Lammers-Wiegand und Horst Wagner schließen die Sitzung um 12:10 Uhr.

**Klaus Lammers-Wiegand, 1.Vorsitzender
Stefan Larisch, Protokollführer**

Niederschrift über den Verbandsjugendtag des Karateverbandes Nordrhein-Westfalen e.V. (KarateNW)

am 1. März 2015 im Tryp Hotel, Josef-Haumann-Str. 1, Bochum-Wattenscheid

TOP 1 Begrüßung, Feststellung der ordnungsgemäßen Einladung und Beschlussfähigkeit

Die Sitzung wurde von Stefan Larisch, 1. Vorsitzende des Verbandsjugendausschusses (VJA), um 10:30 Uhr eröffnet. Er begrüßte alle Anwesenden, stellte die ordnungsgemäße Einladung und die Beschlussfähigkeit fest.

Nadine Kunz, 2. Vorsitzende des Verbandsjugendausschusses (VJA), fehlt aus beruflichen Gründen entschuldigt.

TOP 2 Wahl eines Protokollführers

Stefan Larisch wurde einstimmig zum Protokollführer gewählt.

TOP 3 Genehmigung der Tagesordnung

Die Tagesordnung wurde von den Teilnehmern einstimmig genehmigt und es wurden keine weiteren Punkte eingeführt.

TOP 4 Genehmigung der Niederschrift über den Verbandsjugendtag 2014

Die Niederschrift über den Verbandsjugendtag 2014 wurde in der Zeitschrift „der budoka Nr. 06/2014“ veröffentlicht. Sie wurde einstimmig genehmigt.

TOP 5 Entgegennahme der Berichte des Verbandsjugendausschusses

Stefan Larisch erläuterte eingehend die Jugendarbeit im Verband. Im Jahr 2014 fanden zehn Fortbildungsmaßnahmen mit Marcus Haack und Andreas Klein als Trainer und mit Klaus Wiegand als Stützpunktleiter statt. Für 2015 sind bis zum Sommer sechs Fortbildungsmaßnahmen geplant.
Die Westdeutschen Meisterschaften in Wattenscheid und die Landesmeisterschaften in Gladbeck wurden sehr gut besucht.
Auf den Landesmeisterschaften und den anschließenden Deutschen Jugend-Meisterschaften im Juni in Bochum errangen Karatekas aus Nordrhein-Westfalen mehrfach Podiumsplätze.
Der Kids--Cup schloss das Jahr 2014 im November ab.
Zusätzlich starteten Karatekas aus NRW bei den Meisterschaften in Schwerin und Magdeburg.

TOP 6 Entgegennahme des Kassenberichts

Monika Assmann erklärte der Versammlung die Ausgaben des Haushalts 2014 in ihrem Kassenbericht. Für die Aufgaben im Jugendbereich wurden ca. 4.658 Euro mehr ausgegeben als die geplanten 22.000 Euro. Für die Jugendausbildung wurden Trainingsanzüge und Pratten angeschafft.

TOP 7 Wahl eines Versammlungsleiter

Horst Wagner wurde einstimmig zum Versammlungsleiter gewählt.

TOP 8 Entlastung des Jugendvorstandes

Horst Wagner bedankte sich für die geleistete Jugendarbeit des Vorstandes und beantragte die Entlastung des gesamten Verbandsjugendausschusses. Der gesamte Verbandsjugendausschuss wurde einstimmig entlastet.

TOP 9 Benennung des Wahlleiters für die Wahl des Verbandsjugendausschusses

Horst Wagner wurde einstimmig zum Wahlleiter für die Wahl des Verbandsjugendausschusses gewählt.

TOP 10 Wahl des Verbandjugendausschusses

Stefan Larisch wurde einstimmig zum 1. Vorsitzenden des Verbandsjugendausschusses (VJA) gewählt.

Nadine Kunz wurde einstimmig zur 2. Vorsitzenden des Verbandsjugendausschusses (VJA) gewählt.

TOP 11 Beratung des Haushalts und Planung für 2015

Monika Assmann erklärte der Versammlung die Ausgaben des Haushalts 2015.
Die Ausgaben belaufen sich auf ca. 22.000 Euro für das Jahr 2015.

TOP 10 Beratung und Beschlussfassung über vorliegende Anträge

Es lagen keine Anträge vor.

TOP 11 Verschiedenes

nichts

Die Sitzung wurde von Stefan Larisch um 10:50 Uhr beendet.

Stefan Larisch, 1. Vorsitzender des Verbandsjugendausschusses und Protokollführer

Landesprogramm „1000x1000 - Anerkennung für den Sportverein

Das Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport des Landes Nordrhein-Westfalen (MFKJKS) und der Landessportbund Nordrhein-Westfalen fördern gemeinsam das Engagement von Sportvereinen im Ganztage der Schulen und in Kindertageseinrichtungen. Die Erfahrungen aus dem erfolgreichen Programm „1000 x 1000“ der letzten Jahre bilden die Grundlage für die diesjährige Ausgestaltung des Programms. Im Landesprogramm 2015 sollen Vereinsmaßnahmen, die in ihrer Ausrichtung auf die Zusammenarbeit mit Ganztage Schulen oder Kindertageseinrichtungen angelegt sind, gefördert werden. Jeder Bund entscheidet im Rahmen seines individuellen Kontingents, anhand der örtlichen Bedarfe und der Qualität der Anträge, welche Vereinsmaßnahmen gefördert werden. Hierbei ist zu beachten, dass maximal zu einem Drittel der Kooperationsmaßnahmen auf den Bereich „Kindertagesstätten“ und mindestens zwei Drittel auf den „Ganztagebereich“ entfallen. Vereine können eine Kooperationsmaßnahme mit einer Kindertageseinrichtung oder mit einer Schule beantragen. Pro Verein ist jedoch nur eine Förderung in Höhe von 1.000 € möglich. Weitere Informationen gibt es bei den Stadt- und Kreissportbünden.

KB Dan-Vorbereitung und KB Prüferlehrgang

Lehrgang zur Vorbereitung auf die Kick-Box-Dan-Prüfung

Veranstalter: NWTV e.V.

Ort: NWTV-Geschäftsstelle, Overgünne 241, 44269 Dortmund.

Datum: Samstag, 16. Mai 2015.

Zeit: Anmeldung ab 10:30 Uhr. Beginn 11:00 Uhr, bis ca. 15:30 Uhr.

Teilnehmer: alle interessierten NWTV-Sportler ab Blaugurt.

Leitung: Wilfried Peters, 6. Dan, ggf. weitere.

Inhalte: Graduierungsordnung Kick-Boxen im NWTV, Prüfungsanforderungen Kick-Boxen im NWTV, der Prüfungsbogen und die Bewertung, Einzeltechniken, Kombinationen, Bewegen, Fallen, Meid- und Defensivaktionen, Partnerübungen, Semi- und Leichtkontakt Kampf, Selbstverteidigung und Theorie.

Kosten: 15,00 € mit NWTV-Pass (andere 20,00 €).

Mitbringen: Schreibzeug, Turnschuhe, KB-Kleidung.

Voranmeldung: Anruf oder E-Mail bitte bis zum 11.5.2015.

Info/Meldungen: an NWTV e.V., W. Peters, Overgünne 241, 44269 Dortmund, mobil: 01 73 / 7 25 38 76.

KB Prüfung Farbgurte und Dan-Prüfung zum 1.-4. Dan

Veranstalter: NWTV e.V.

Datum: Montag, 22. Juni 2015.

Zeit: Anmeldung ab 17:00 Uhr. Beginn 18:00 Uhr. Ende ca. 21:30 Uhr.

Prüfer: Wilfried Peters, 6. Dan, ggf. weitere.

Inhalte: Kick-Box-Grundschule, Beinarbeit und Fallübungen, Einzeltechniken und Kombinationen, Partnerübungen Meid- und Defensivaktionen, Semi- und Leichtkontakt-Kämpfe, Selbstverteidigung, Bruchtest, Theorie.

Teilnehmer: alle interessierten NWTV-Sportler und Gäste.

Kosten: 50,00 € mit NWTV-Pass (andere 75,00 €).

Mitbringen: Kickbox-Kleidung, Safetys, Bretter, Kurzstock.

Voranmeldung: schriftlich bitte bis 15.6.2015.

Info/Meldungen: an NWTV e.V., W. Peters, Overgünne 241, 44269 Dortmund, mobil: 01 73 / 7 25 38 76.

Taekwon-Do wird in diesem Jahr 60 Jahre alt

Der offizielle Geburtstag unseres Sportes ist der 11.4.1955. Aus diesem Anlass plant der NWTV eine öffentlichkeitswirksame Veranstaltung im Rahmen des Breitensportprojektes „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ am Samstag, 11. April 2015, in Herne. Sie soll der Auftakt sein zu einer Serie unter dem Titel „Tul-Tour 2015“. Dabei werden an herausragenden Orten in NRW (z.B. Westfalenstadion in Dortmund, Hohensyburg in Herdecke, Arena Schalke, Buschmannshof Herne usw.) mit Unterstützung der örtlichen Vereine Tul gelaufen (ähnlich einem Flash-Mob). Erstmal eine niedrige Tul, eventuell sogar zum Mitmachen, und höhere dann eher als Vorführung.

Das Ganze wird gut dokumentiert (Fotos und Filme) und für lokale Presse- und Medienarbeit genutzt. So kann der Verein vor Ort für sich Werbung machen und der NWTV insgesamt für unseren Sport.



Interessenten können sich an W. Peters (mobil: 01 73 / 7 25 38 76) oder Roland Jensen, der die erste Station der Tul-Tour am 11.4.2015 in Herne organisiert, wenden.

Lehrgangs-/Einsatzplan Dortmunder-Budolehrgang, 23.05. bis 24.05.2015, Sporthalle der Gesamtschule, Parsevalstr. 170, 44369 Dortmund-Huckarde

Samstag, 23.05.2015 Lehrgangsplan (Änderungen vorbehalten)						
Uhrzeit	Matte 1	Matte 2	Matte 3	Fläche 4	Fläche 5	
12.00 Uhr	Vorstellen der Lehrer					
12.15 bis 13.30	Free Fight Ralf Seeger	Taijitsu HK-Ryu Horst Kallinowski	Shaolin Kung-Fu Peter Rutkowski	Muay Thai Boran Ralf Kussler	Kuntao Wolfgang Ebel	
13.30 – 14.00	30 Minuten Pause	30 Minuten Pause	30 Minuten Pause	30 Minuten Pause	30 Minuten Pause	
14.00 bis 15.15	Free Fight Ralf Seeger	Mittelalterliches Fechten Oliver Janseps	Kung-Fu Peter Rutkowski	Boxen Ferdinand Mack	Kubotan/Tonfa Dirk Hoffmann Mac Gregor	
15.15 – 16.00	45 Minuten Pause	45 Minuten Pause	45 Minuten Pause	45 Minuten Pause	45 Minuten Pause	
16.00 bis 17.15	Free Fight Ralf Seeger	Mittelalterliches Fechten Jan Gosewinkel	Muay Thai Boran Ralf Kussler	Kick-Boxen Ferdinand Mack	Kuntao Wolfgang Ebel	
17.15 - 17.45 Uhr	30 Minuten Pause	30 Minuten Pause	30 Minuten Pause	30 Minuten Pause	30 Minuten Pause	30 Minuten Pause
17.45 bis 19.00 Uhr	Tai Chi Chuan Peter Rutkowski					
ab 19.00 Uhr Grillabend ab ca. 20.00 Uhr „Night of Motion Art“ bis ca. 22.00 Uhr anschließend Ausklang Ende offen						

Sonntag, 24.05.2015 Lehrgangsplan (Änderungen vorbehalten)					
Uhrzeit	Matte 1	Matte 2	Matte 3	Fläche 4	Fläche 5
10.00 bis 11.30	Luta Livre Holger Deimann	Wettkampftechnik Semi-/Leichtkontakt Giovanni Sgrilletti	Modern Arnis Peter Rutkowski	Hwa-Rang-Kwan-Do Klaus Wachsmann	Halle / Aula oder Freifläche
11.30 – 12.00	kleine Pause	kleine Pause	kleine Pause	kleine Pause	kleine Pause
12.00 bis 13.30	Hwarang Kwan Do Klaus Wachsmann	Krav Maga Nico Schüssler	Modern Arnis Peter Rutkowski	Boxen Ferdinand Mack	
13.30 – 14.30	kleine Pause	kleine Pause	kleine Pause	kleine Pause	kleine Pause
14.30 bis 16.00	Luta Livre Holger Deimann	Krav Maga Nico Schüssler	Kubotan/Tonfa Dirk Hoffmann Mac Gregor	Kick-Boxen Ferdinand Mack	

Hallenplan		
Matte 1	Matte 2	Matte 3
Fläche 4		
Haupteingang	Tribüne	Fläche 5

bei schönem Wetter finden einige Einheiten im Freien statt

Überweisungen an:
BKV e.V., Budo- und Kraftsportverein Dortmund,
Kontonummer 021 019 321 bei der Stadtparkasse Dortmund (440 501 99)
Veranstalter:
Budo- und Kraftsportverein Dortmund e.V., Wilfried Peters,
Overgünne 241, 44269 Dortmund, 0231 – 88 200 91, 0173 - 7253876

21.

Pfingsten 2015 • 23.05.-24.05.

DORTMUNDER BUDOLEHRGANG



Beginn Samstag, 23.05.2015 12.⁰⁰ Uhr mit der Eröffnung, Ende Sonntag, 24.05.2015 ca. 16.⁰⁰ Uhr

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

Teilnahmegebühr: 45.- €/Person
(Anmeldeformular anfordern!)

1 Tag: **35.- €/Person**

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

Info: BKV e.V. • Wilfried Peters
Tel. 16.⁰⁰-21.³⁰ Uhr: **02 31/70 01 965** oder **02 31/882 00 91**
Mobil: 01 73/7 25 38 76
e-mail: wilfriedpeters@aol.com oder wilfried-peters@web.de
Internet: www.budolehrgang.de

**Kostenlose Übernachtungsmöglichkeit in der Sporthalle für Teilnehmer,
inklusive Night of Motion Arts und Budo-Party am Samstag Abend.**



Ralf Kussler



Jan Gosewinkel
Oliver Janseps



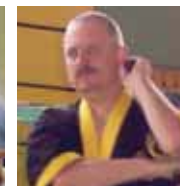
Klaus Wachsmann



Ralf Seeger



Wolfgang Ebel



Dirk Hoffmann-
Mac Gregor



Horst Kallinowski



Peter Rutkowski



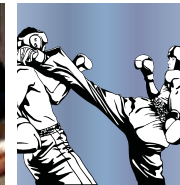
Holger Deimann



Ferdinand Mack



Nico Schüssler



Giovanni Sgrilletti

Geplant sind (Änderungen vorbehalten):
Kung-Fu - Peter Rutkowski
Modern Arnis - Peter Rutkowski
Hwarang Kwan Do - Klaus Wachsmann
Krav Maga - Nico Schüssler
Luta Livre - Holger Deimann
Kick-Boxen/Boxen - Ferdinand Mack
Free Fight - Ralf Seeger
Muay Thai Boran - Ralf Kussler
Wettkampftechniken Semi- und Leichtkontakt
Giovanni Sgrilletti
Mittelalterliches Fechten - Jan Gosewinkel
Tajitsu HK-Ryu - Horst Kallinowski
Kuntao - Wolfgang Ebel
Kubotan/Tonfa - Dirk Hoffmann Mac Gregor

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

03.-06. JUNI 2015

RUHR GAMES

ESSEN + OBERHAUSEN + GELSENKIRCHEN
BOITROP + GLADBECK

**FREIER
EINTRITT**
FÜR ALLE EVENTS



BASKETBALL + BEACHVOLLEYBALL + BMX (DIRTJUMP & FLATLAND)
EUROPALAUFG + FUSSBALL + JUDO + KANU (POLO & SPRINT)
LEICHTATHLETIK + MTB (SLOPESTYLE & SPRINT) + PARKOUR
SKATEBOARD + TENNIS + TISCHTENNIS + TRIATHLON

LIVE & FOR FREE: **JAN DELAY** + 20 WEITERE BANDS
+ STREETART-EVENTS + YOUTH-CAMPUS + UVM +

ALLE INFOS: RUHRGAMES.DE