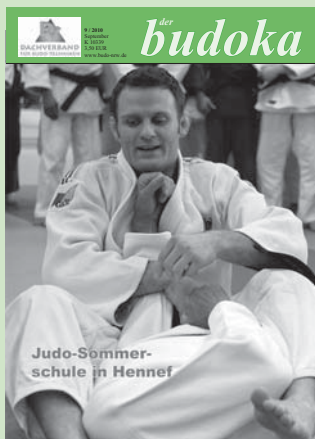




**Judo-Sommer-  
schule in Hennef**



**„der budoka“ 9/2010**

*Titelbild:* Judo-Olympiasieger Ole Bischof war zu Gast bei der Sommerschule der NWJV-Jugend in der Sportschule Hennef.

Foto: Erik Gruhn

**INHALT**

**Dachverband**

DV-Infos ..... 3  
 Bestellschein ..... 47  
 Anschriften der Mitgliedsverbände ..... 71

**Judo**

Europameisterschaften der U 17 in Teplice ..... 4



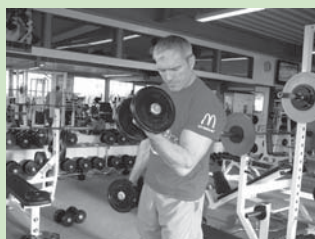
Otto-European-Cup der Frauen und Männer in Hamburg ..... 6  
 WM-Vorschau Tokio ..... 8  
 European-Junior-Cup der U 20 in Berlin ..... 9  
 Bundesliga ..... 10  
 Regionalliga ..... 10  
 Oberliga ..... 11

Internationale Turniere ..... 11  
 Rheinland-Cup U 14 in Brühl ..... 12  
 Westfalen-Cup U 14 in Bottrop ..... 13  
 NRW-Pokal in Willich ..... 14  
 Freiwilliges Soziales Jahr in Südafrika ..... 15  
 5. Talentcamp in Hennef ..... 16



23. Jugend-Sommerschule in Hennef ..... 19  
 Aus Vereinen und Kreisen ..... 22  
 Schulsport ..... 23  
 National Games der Special Olympics in Bremen ..... 24  
 Judo der Behinderten ..... 24  
 Breitensport ..... 25  
 Qualifizierung ..... 26  
 Ausbildungstermine 2011 ..... 30  
 Geschäftsstelle ..... 32  
 Versammlungen ..... 32

Nordrhein-Westfälisches Dan-Kollegium:  
 Kata-Lehrgänge mit Koji Komata und Shiro Yamamoto ..... 34  
 Dan-Prüfungen in Grevenbroich ..... 35  
 Aus den Kreisen ..... 38  
 Poster „Talentcamp und Sommerschule“ ..... 36



Krafttraining, Teil 17 ..... 40  
 Grundwissen der Geschichte des Kodokan-Judo in Japan, Teil 4 ..... 41  
 Terminplan ..... 44  
 Ausschreibungen ..... 45



**Aikido**

Kinderlehrgang und Prüfung in Moers ..... 48

**Goshin-Jitsu**

Grappling-Lehrgang ..... 49  
 Ausschreibungen ..... 50



**Hapkido**

Waffen im Hapkido Teil 2 ..... 51

**Jiu-Jitsu**

JJU NW Über ein Training im Kodokan ..... 53  
 Landeslehrgang in Bochum .. 54

DJJB LV NW 19. UNJJ-Meisterschaften in Kopenhagen ..... 55



Dan-Prüfungen in Essen ..... 55

Prüferlizenzzhrgang mit Gerhard Dressler ..... 58  
 Aus den Vereinen ..... 60



DFJJ NW Lehrgang in Hilden ..... 62

**Ju-Jutsu**

1. Newcomer-Cup in Gelsenkirchen ..... 63  
 Duo-Turnier in Eschweiler ... 63  
 Landeslehrgang in Hamm ..... 64  
 Techniklehrgang in Soest ..... 64



Lehrgang Atemitechniken .... 65  
 Lehrgang in Littfeld ..... 65  
 Bundeslehrgang Senioren in Velbert ..... 66  
 Landesjugendlehrgang in Keyenberg ..... 67  
 Jugendlehrgang in Hamm ..... 68  
 Lehrgang in Hilden ..... 68  
 Ausschreibungen ..... 68



**Wushu**

Terminübersicht 2. Halbjahr ..... 70

**IMPRESSUM**

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

38. Jahrgang 2010

**Herausgeber:**

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 22  
 E-Mail: info@budo-nrw.de  
 http://www.budo-nrw.de

**Verlag, Redaktion und Anzeigenverwaltung:**

Dachverband für Budotechniken Nordrhein-Westfalen e.V.  
 Geschäftsstelle  
 Postfach 10 15 06  
 47015 Duisburg  
 Telefon: 02 03 / 73 81 - 6 26  
 Telefax: 02 03 / 73 81 - 6 24  
 E-Mail: budoka@budo-nrw.de  
**Redaktion:** Erik Gruhn  
**Redaktionsschluss:** der 1. des Vormonats  
 ISSN 0948-4124

**Druck:**

Edel-Druck GmbH  
 Mülheimer Str. 97  
 47058 Duisburg

**Anzeigenpreise:**

Preisliste Nr. 4 vom 1.1.2002

**Erscheinungsweise:**

monatlich, 10 x im Jahr

Mit Namen gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos und Datenträger wird keine Haftung übernommen.

**Lieferbedingungen:**

Jahresabonnement 28,00 €  
 Bei Bankeinzug ermäßigt sich der Preis für das Jahresabonnement auf 24,00 €. Bezugsgebühren werden jeweils für das Kalenderjahr erhoben.

Einzelheftpreis: 3,50 € (zzgl. Versandkosten)

Bei Bestellungen mehrerer Exemplare Konditionen auf Anfrage.

Die Kündigung des Abos ist mit einer Frist von sechs Wochen zum Ende des Kalenderjahres möglich.





Unfallversicherung  
im Ehrenamt

## Für ein paar Euro weniger

**Wer sich in Kirchen, Sport- oder Heimatvereinen, in der freiwilligen Feuerwehr oder in einer Musikkapelle engagiert, ist oft gesetzlich gegen Arbeitsunfälle abgesichert. Bestimmte Gruppen sollten sich aber freiwillig versichern - preiswert!**

Wenn mal wieder Feueralarm ist in Bechtheim, einem zur Gemeinde Hünstetten im Untertaunus gehörigen Dorf, kann die freiwillige Feuerwehr auf Jan Schäfer zählen. Schäfer gehört zu den etwa eine Million Mitgliedern der rund 24.500 freiwilligen Feuerwehren in Deutschland. Immer wieder gehen Schäfer und seine Kollegen bei der Freiwilligen Feuerwehr Hünstetten-Bechtheim ein hohes persönliches Risiko ein, wenn es darum geht, zum Beispiel die brennende Seitenwand eines Holzschuppens zu löschen.

Trotz seines vergleichsweise hohen Unfallrisikos ist Jan Schäfer ebenso kostenlos gesetzlich unfallversichert wie Eltern, die sich in Beiräten

von Schulen oder Kindergärten engagieren. Dies gilt auch für Mitarbeiter der Kirchen, die bei der Gestaltung eines Gottesdienstes oder bei einem Gemeindefest mithelfen. Für sie zahlen die Kirchen Beiträge. Unfallversicherungsschutz liegt in allen ehrenamtlichen Tätigkeitsfeldern dann vor, wenn die Arbeit „unentgeltlich“ und für andere ausgeübt wird - also ohne Bezahlung. Als ehrenamtlich gilt eine Aufgabe auch dann, wenn der Mitarbeiter eine Aufwandsentschädigung bekommt.

### Vorstandsmitglieder nicht geschützt

Vorstandsmitglieder, Kassen- und Sportwarte von Vereinen sind nicht automatisch gesetzlich unfallversichert. Auch Mitglieder von Tarifkommissionen auf Arbeitgeber- und Gewerkschaftsseite unterliegen nicht der Pflichtversicherung. Wer ein solches Wahlamt bekleidet, kann sich aber bei der VBG freiwillig versichern. „Der Beitrag für eine solche ehrenamtliche Tätigkeit beträgt derzeit pro Person und Jahr nur 2,73 €“, erläutert Michael Becker, Ehrenamts-Experte bei der VBG Bezirksverwaltung Mainz. Er empfiehlt deshalb: „Wer sich in einem Sportverein ehrenamtlich engagiert und ein Wahlamt anstrebt, sollte sich unbedingt erkundigen, ob der Unfallversicherungsschutz geregelt ist.“

Liegt keine Pflichtversicherung vor, können sich gewählte Ehrenamtsträger direkt bei der VBG anmelden. Die Möglichkeit zur freiwilligen Versicherung gilt auch für gewählte und berufene Ehrenamtsträger wie etwa der 1. Vorsitzende, der Kassenwart oder der Schriftführer sowie Mitglieder von Arbeitsausschüssen. Seit dem 5. November 2008 können sich darüber hinaus „beauftragte“ Ehrenamtsträger in gemeinnützigen Organisationen freiwillig in der VBG versichern. Dazu

zählen Personen, die im Auftrag oder mit Einwilligung des Vorstands in ihrem Verein oder ihrer Organisation über einen längeren Zeitraum hinweg Leitungs- oder Planungsaufgaben oder die Organisation von Veranstaltungen wahrnehmen - etwa Schiedsrichter, Projektbeauftragte oder Leiter von Festausschüssen.

Der Vorteil des Versicherungsschutzes in der VBG: Kommt es zu einem Versicherungsfall, stellt die VBG zum Beispiel mit Hilfe eines Reha-Managers die optimale medizinische Behandlung sicher. Die VBG sorgt für die berufliche und soziale Rehabilitation, sichert während der Reha den Lebensunterhalt durch Verletzungsgeld und zahlt im Falle einer dauerhaften Erwerbsminderung eine Rente. (sth)

**Info: [www.vbg.de](http://www.vbg.de), Suchwort „Ehrenamt“**

## Bürgerschaftliches Engagement - Ehrenamt im Sport

Die Zukunft unserer Gesellschaft wird durch unser aller bürgerschaftliches Engagement und das Ehrenamt im Sport wesentlich gestaltet. Unsere Sportvereine bewegen die Menschen hier im Land, integrieren die immer bunter werdende Bevölkerung, geben Impulse in die Gesellschaft und leisten Vieles mehr mit Unterstützung der Fachverbände.

Der Landessportbund Nordrhein-Westfalen möchte die Woche des bürgerschaftlichen Engagements nutzen und öffentlich verdeutlichen, dass die Zukunft unserer Gesellschaft durch das Engagement der Menschen im Sportverein wesentlich beeinflusst wird.

Dazu wollen wir in der Zeit **vom 17. bis 26. September 2010** zeigen, wie wir unser Land und unsere Gesellschaft gestalten. Wir rufen alle Sport-

vereine, -verbände und -bünde in NRW auf, in der Woche des bürgerschaftlichen Engagements durch attraktive Aktionen und Veranstaltungen präsent zu sein und in der Öffentlichkeit sichtbar die Leistungen der Vereine und des Sports für unsere Gesellschaft darzustellen.

Informationen gibt es unter [www.lsb-wbe.de](http://www.lsb-wbe.de) und im Flyer, der als Print-Version bestellbar ist bei Nadine Thielsch unter 02 03 / 73 81 - 8 15 oder [Nadine.Thielsch@lsb-nrw.de](mailto:Nadine.Thielsch@lsb-nrw.de).

In Zusammenarbeit mit der Landesregierung prämiiert der Landessportbund NRW gute Beispiele, Aktivitäten und Vorbilder. Allen mitwirkenden Vereinen, Verbänden und Bündnissen winken für ihre erfolgreiche Teilnahme an dieser Ausschreibung weit über 50 Preise - Geldpreise für die Vereinsarbeit in einer Gesamthöhe von über 20.000 Euro und Sachpreise wie Wellness-Wochenenden, Wochenendreisen und Sportausrüstungspakete etc. für vorbildlich Engagierte.

## Neue Vereine in den Fachverbänden

### Jiu Jitsu Union Nordrhein-Westfalen e.V.

Neuaufnahme:

Dortmunder Budo SV  
Reimund Czaja  
Möhneweg 5  
44287 Dortmund

### Nordrhein-Westfälischer Judo-Verband e.V.

Neuaufnahmen:

5003003 (Kreis Aachen)  
Budoclub Kreuzau  
Armin Brings  
Feldstr. 14  
52372 Kreuzau

6003017 (Kreis Coesfeld)  
Schwarz-Weiß Holtwick  
Christian Flenker  
Höven 276  
48720 Rosendahl

### Aus der Redaktion

Die „budoka“-Redaktion erreichen Sie folgendermaßen:

Postanschrift:  
Redaktion „der budoka“  
Postfach 10 15 06  
47015 Duisburg  
Telefon: 02 03 / 73 81 - 6 26  
Telefax: 02 03 / 73 81 - 6 24  
E-Mail: [budoka@budo-nrw.de](mailto:budoka@budo-nrw.de)  
Internet: [www.budo-nrw.de](http://www.budo-nrw.de)

### Hinweis!

Alle Beiträge müssen grundsätzlich über den jeweils zuständigen Ansprechpartner des Fachverbandes an die Redaktion geschickt werden.

## Bitte beachten Sie die nächsten Erscheinungstermine des „budoka“!

**Ausgabe 10/2010 - Oktober 2010**  
Redaktionsschluss: 1.9.2010 - erscheint Anfang Oktober

**Ausgabe 11/2010 - November 2010**  
Redaktionsschluss: 1.10.2010 - erscheint Anfang November

## Europameisterschaften der Frauen U 17 und Männer U 17 in Teplice/Tschechien

# Robin Gutsche holt Bronze - Janina Beune Fünfte

Der diesjährige Höhepunkt der Altersklasse unter 17 Jahren waren die Europameisterschaften in Teplice (Tschechien). Nach dem es letztes Jahr noch drei Höhepunkte mit den Europameisterschaften, den Europäischen Olympischen Jugendspielen (EYOF) und den Weltmeisterschaften gegeben hatte und damit sich in jeder Gewichtsklasse bis zu drei Athleten für die internationalen Höhepunkte qualifizieren konnten, gab es in diesem Jahr nur einen Höhepunkt mit nur einem Starter. An den Europameisterschaften nahmen insgesamt 211 männliche und 168 weibliche Starter aus insgesamt 40 Nationen teil.

Nach einem langen und harten Qualifikationsweg beginnend mit den U 16-Turnieren im zweiten Halbjahr vergangenen Jahres, über die Deutschen Meisterschaften im Februar bis hin zu den Europa-Cups schaffte es der Deutsche Meister und Vorjahresfünfte der

EYOF Robin Gutsche vom TSV Bayer 04 Leverkusen erneut zu überzeugen und wurde von Bundestrainer Sven Hesse für die Europameisterschaften nominiert.

Robin startete sehr gut in das Turnier, gewann den ersten Kampf deutlich in der

ersten Minute gegen seinen griechischen Gegner Anastasios Paschalis durch einen Würger. Auch seinen zweiten Gegner, Artavazd Hovsepyan aus Armenien, setzte er sofort unter Druck und zwang ihm zwei Shidos für Passivität auf. Durch einen O-uchi-gari konnte Robin

die Führung mit einem zweiten Yuko erhöhen, welche er dann über die Zeit brachte. Im Poolfinale stand er Pavle Kavtaradze aus Georgien, dem Sieger des Europa-Cups, der ebenfalls in Teplice stattgefunden hatte, gegenüber. Robin kam sehr schwer in den Kampf, kämpfte zunächst zu verhalten. Der Georgier stand sehr kompakt und war physisch überlegen. Nach einem Rückstand durch zwei Shido erhöhte Robin den Druck und ihm gelang es, im Boden nach einer „Gürschner“-Rolle seinen Gegner festzuhalten. Der Haltegriff schien bombenfest, jedoch konnte sich der Georgier doch noch befreien und hielt Robin direkt selber fest. Aus dieser Haltetechnik konnte der Leverkusener nicht mehr entkommen.

Entschlossen ging es in der Trostrunde weiter. Nach dem Sieg gegen Zoltan Farkas aus Rumänien hieß der Gegner um die Bronzemedaille Jalil Jalilov, der für Aserbaidschan kämpft und letztes Jahr die EYOF gewann und Vizeweltmeister wurde. Robin begann direkt mit einem hohen Tempo und drückte dem Aserbaidschaner direkt zwei Strafen für Passivität auf. Durch eine kurze Unaufmerksamkeit konnte sein Gegner ausgleichen. Doch Robin behielt die Linie bei und erarbeitete sich in der letzten Minute richtig stark einen Würger, der dann die vorzeitige Entscheidung brachte und den EM-Favoriten in die Schranken wies. Die Bronzemedaille war hoch verdient! Robin war in sehr guter Form und kämpfte eine sehr starke Europameisterschaft mit technisch hochwertigem klassischem Judo. Das ist international in der Altersklasse nicht selbstverständlich. Viele Nationen setzen auf kurzfristigen Erfolg durch tiefen Seoinage, Abtauchtchniken und Gegendreher. Für die deutschen Männer gab es noch eine weitere Medaille durch Paul Elm im Schwergewicht.

Bei den Mädchen konnte sich in diesem Jahr nur Janina Beune vom TSV Bayer 04 Leverkusen in der Klasse bis



Das NRW-Team bei den Europameisterschaften in Teplice (von links nach rechts): Landestrainer Sebastian Heupp, Robin Gutsche, Janina Beune, Landestrainer Frank Urban und Vereinstrainer Bernd Stutz

Foto: Gutsche





**Robin Gutsche jubelt nach dem Gewinn der Bronzemedaille.**

Foto: Dirk Beune



57 kg für den Saisonhöhepunkt der Altersklasse U 17 qualifizieren. Mit Platz zwei bei der Deutschen Meisterschaft U 17, Silber beim internationalen Turnier in Kroatien und Gold bei dem Turnier im russischen Tver sowie beim European-Cup in Berlin überzeugte sie die

Bundestrainerin. Bei den Europameisterschaften in Teplice konnte Janina leider nicht an ihre sehr guten Leistungen der vorherigen Turniere anknüpfen. In ihren ersten beiden Begegnungen siegte sie gegen Katie-Jemima Yeats-Brown aus Großbritannien und Diana Kis-

kel aus Litauen. Im Poolfinale musste sie sich Tamara Durdevac aus Montenegro knapp geschlagen geben. Im Trostrundenfinale gegen die Belgierin Lola Tielemanns musste die Leverkusenerin in die Golden-Score-Verlängerung. Eine weitere Bestrafung für die Belgierin bedeutete den Sieg für die Deutsche. Im Kampf um die Bronzemedaille gegen die sehr bewegliche Spanierin Maider Palavecino tat sich Janina von

Anfang an schwer. Auch dieser Kampf endete mit Golden Score. Leider bekam Janina in der Verlängerung eine weitere Strafe, was den Sieg für die Spanierin bedeutete. Mit Platz fünf konnte Janina dennoch ihre Zugehörigkeit zur europäischen Spitze zeigen. Nun gilt es, in der Altersklasse U 20 Fuß zu fassen und an die guten Erfolge anzuschließen.

**Sebastian Heupp/Frank Urban**

#### Europameisterschaften in Teplice

##### Frauen U 17

###### bis 40 kg:

1. Irina Dolgova, Russland
2. Borislavd Damyanova, Bulgarien
3. Jackie Groenen, Niederlande
3. Vita Valnova, Weißrussland

###### bis 44 kg:

1. Angelina Bombara, Italien
2. Sarah Vogel, Deutschland
3. Olga Smolska, Ukraine
3. Sarah Strohmayer, Österreich

###### bis 48 kg:

1. Odette Giuffrida, Italien
2. Nicole Kaiser, Österreich
3. Evgeniya Demintseva, Russland
3. Alexandra Pop, Rumänien

###### bis 52 kg:

1. Nataliia Ilkiv, Ukraine
2. Zarina Babinyan, Russland
3. Nica Antonis, Belgien
3. Katinka Szabo, Ungarn

###### bis 57 kg:

1. Dilara Incedayi, Türkei
2. Ana Kokeza, Kroatien
3. Tamara Durdevac, Montenegro
3. Maider Palavecino, Spanien
5. Janina Beune, Bayer Leverkusen

###### bis 63 kg:

1. Barbara Matic, Kroatien
2. Margaux Pinot, Frankreich
3. Miriam Butkerei, Deutschland
3. Magdalena Krssakova, Österreich

###### bis 70 kg:

1. Lisa Schneider, Deutschland
2. Andrea Sebastian, Spanien
3. Melora Rosetta, Italien
3. Una Tuba, Serbien

###### über 70 kg:

1. Aroa Martin, Spanien
2. Anastasiia Sapsai, Ukraine
3. Yulia Lyanichenko, Russland
3. Giuseppina Macri, Italien

##### Männer U 17

###### bis 50 kg:

1. Mehman Sadigov, Aserbaidschan
2. Yevgen Velychko, Ukraine
3. Iznaur Abdulaev, Russland
3. Vincent Manquest, Frankreich
5. Manuel Scheibel, Deutschland

###### bis 55 kg:

1. Sakhavat Gadzhiev, Russland
2. Fabio Basile, Italien
3. Pavel Hladkikh, Weißrussland
3. Vladislavs Staruhs, Lettland
7. Julian Izsak, Deutschland

###### bis 60 kg:

1. Yunus-Khadzhi Khutiev, Russland
2. Viktor Melenevskiy, Ukraine
3. Mikheili Mezurnishvili, Georgien
3. Huseyn Rahimli, Aserbaidschan

###### bis 66 kg:

1. Dmitry Zuev, Russland
2. Martin Vegvari, Ungarn
3. Robin Gutsche, Bayer Leverkusen
3. Gabriele Melegari, Italien

###### bis 73 kg:

1. Ivaylo Ivanov, Bulgarien
2. Suleyman Vyshegurov, Russland
3. Jonas Bjorktorp, Schweden
3. Nuno Saraiva, Portugal

###### bis 81 kg:

1. Marcin Gmurek, Polen
2. Lasha Taveluri, Georgien
3. Izmayl Khamkhoev, Russland
3. Krisztian Toth, Ungarn
7. Philipp Galandi, Deutschland

###### bis 90 kg:

1. Max de Vreeze, Niederlande
2. Daniil Mileskyn, Ukraine
3. Nicolas Damico, Italien
3. Glebs Talalujevs, Lettland

###### über 90 kg:

1. Kurban Yakubov, Russland
2. Javier Eizaguirre, Spanien
3. Paul Elm, Deutschland
3. Henrich Sildveer, Estland

Otto-European-Cup der Frauen und Männer in Hamburg

# Andreas Tölzer gewinnt rein deutsches Finale

## - Christina Krahe belegt einen fünften Platz -

418 Kämpferinnen und Kämpfer aus 38 Nationen gingen in der Alsterdorfer Sporthalle Hamburg auf den vier Wettkampfflächen an den Start. Für einige deutsche Starter war es die letzte Bewährungsprobe vor den Judo-Weltmeisterschaften im September in Tokio. Der NWJV war mit 20 Judokas vertreten, von denen sich drei unter den letzten Sieben platzieren konnten. Andreas Tölzer zeigte sich in WM-Form und dominierte in der Klasse über 100 kg.

Andreas Tölzer vom 1. JC Mönchengladbach besiegte in seinem ersten Kampf in der Klasse über 100 kg vorzeitig den amtierenden Europameister und früheren Olympiasieger Ihar Makarau aus Weißrussland. Im zweiten Kampf bezwang er Matjaz Ceraj aus Slowenien mit Haltegriff. Im Halbfinale setzte sich der 30-Jährige gegen den Niederländer Michel Neijen-

huis wiederum mit Haltegriff durch. Im rein deutschen Finale sorgte der Mönchengladbacher gegen Matthias Schmunk vom TuS Hermannsburg schnell mit Uchi-mata für die Entscheidung und sicherte sich somit den Titel beim European Senior Cup in Hamburg.

Christina Krahe vom JJC Samurai Setterich setzte sich in der Klasse über 78 kg gegen

Aurore Quintin aus Frankreich und gegen Gerdien Kupers aus den Niederlanden durch und stand ebenfalls im Halbfinale. Hier unterlag sie im Haltegriff gegen die Niederländerin Carola Uilenhoed. Im Kampf um die Bronzemedaille musste sie sich gegen Larisa Ceric aus Bosnien und Herzegowina mit Armhebel geschlagen geben. Damit belegte sie einen fünften Platz.

Stefan Krause vom JC Langenfeld besiegte Or Sasson aus Israel und verlor in Runde zwei gegen den späteren Sieger Stanislav Cernega aus Moldawien. In der Trostrunde gewann der Langenfelder gegen James Austin aus Großbritannien und schied nach einer Niederlage gegen Zoltan Palkovacs aus der Slowakei aus dem Wettbewerb aus. Er belegte einen siebten Platz.

Bei einer Zahl von 20 Startern war die Ausbeute für den NWJV doch recht mager. Insbesondere bei den Frauen ist der Anschluss zurzeit wohl verpasst. Vier gewonnene Kämpfe von zwei Athletinnen und neun Teilnehmerinnen ohne einen einzigen Sieg sind einfach zu wenig. Neben Christina Krahe konnte lediglich noch Katarina Gutmann vom JC 66 Bottrop zwei Erfolge einfahren.

Bei den Männern gewann Stefan Oldenburg (SU Witten-Annen) zwei Kämpfe, jeweils einmal erfolgreich waren Marcel Haupt (JC Remscheid) und Benjamin Münnich (JC Bushido Köln).

Text und Fotos: Erik Gruhn



Andreas Tölzer in WM-Form gegen Ihar Makarau aus Weißrussland (oben), mit Haltegriff gegen Matjaz Ceraj aus Slowenien (rechts oben) und nach seinem Sieg gegen den nationalen Konkurrenten Matthias Schmunk vom TuS Hermannsburg (rechts)







Stefan Oldenburg mit Uchi-mata gegen Lex Niekooop aus den Niederlanden;

Christina Krahe im Kampf gegen die Niederländerin Carola Uilenhoed (oben);

Stefan Krause in der Oberlage gegen Or Sasson aus Israel (rechts)



## Otto-European-Cup in Hamburg

### Frauen

#### bis 48 kg:

1. Alina Dumitru, Rumänien
2. Aida Sarmiento, Spanien
3. Michaela Baschin, TSG Backnang
3. Volha Leshchanka, Weißrussland

#### bis 52 kg:

1. Jacqueline Lisson, Olympia Berlin
2. Petra Nareks, Slowenien
3. Miriam Polak, Niederlande
3. Sophie Cox, Großbritannien

#### bis 57 kg:

1. Corina Caprioriu, Rumänien
2. Andreea Chitu, Rumänien
3. Sandy Nisser, PSV Weimar
3. Viola Wächter, FC Schweitenk.

#### bis 63 kg:

1. Claudia Malzahn, SV Halle
2. Urska Zolnir, Slowenien
3. Martyna Trajdos, Harburger TB
3. Gemma Howell, Großbritannien

#### bis 70 kg:

1. Edith Bosch, Niederlande
2. Megan Fletcher, Großbritannien
3. Maria Bernabeu, Spanien
3. Sally Conway, Großbritannien

#### bis 78 kg:

1. Heide Wollert, JC Leipzig
2. Catherine Jacques, Belgien
3. Ana Velensek, Slowenien
3. Daria Pogorzelec, Polen

#### über 78 kg:

1. Franziska Konitz, SV Georg Knorr
2. Carola Uilenhoed, Niederlande
3. Lucija Polavder, Slowenien
3. Larisa Ceric, Bosnien-Herzegowina
5. Christina Krahe, Samurai Setterich

### Männer

#### bis 60 kg:

1. Ashley Mckenzie, Großbritannien
2. Ludovic Chammartin, Schweiz
3. Tobias Englmaier, TSV Großhad.
3. Robert Kopiske, UJKC Potsdam

#### bis 66 kg:

1. Georgii Zantaraia, Ukraine
2. David Larose, Frankreich
3. Adrian Kulisch, KSV Esslingen
3. Florent Urani, Frankreich

#### bis 73 kg:

1. Christopher Völk, TSV Abensberg
2. Rasul Boqiev, Tadschikistan
3. Martin Nietlispach, Schweiz
3. Ioseb Palelashvili, Israel

#### bis 81 kg:

1. Micha Egger, Schweiz
2. Faruch Bulekulov, SC Berlin
3. Joachim Bottieau, Belgien
3. Robert Gess, JC Leipzig

#### bis 90 kg:

1. Robby van Laarhoven, Niederlande
2. Milan Randl, Slowakei
3. Marcus Nyman, Schweden
3. Dominique Hischier, Schweiz

#### bis 100 kg:

1. Stanislav Cernega, Moldawien
2. Martin Pacek, Schweden
3. Zoltan Palkovacs, Slowakei
3. Artem Bloshenko, Ukraine
7. Stefan Krause, JC Langenfeld

#### über 100 kg:

1. Andreas Tölzer, 1. JC M'gladbach
2. Matthias Schmunk, TuS Herm.
3. Thomas Pille, JC 90 Frankfurt/O.
3. Luuk Verbij, Niederlande



**Judo-Weltmeisterschaften der Frauen und Männer / 9. bis 13. September 2010**

**Andreas Tölzer im DJB-Aufgebot für Tokio**

Der Deutsche Judo-Bund (DJB) hat nach dem Otto-European-Cup in Hamburg die Nominierung für die Judo-Weltmeisterschaften vom 9. bis 13. September 2010 in Tokio/Japan bekannt gegeben. Andreas Tölzer vom 1. JC Mönchengladbach ist einziger Athlet aus Nordrhein-Westfalen im DJB-Aufgebot. Er startet am 9. September in der Klasse über 100 kg und am 13. September in der Offenen Klasse.

**Zeitplan und deutsche Starter bei den Weltmeisterschaften in Tokio**

Donnerstag, 9. September 2010

- 10:00 Uhr Beginn der Wettkämpfe (17:00 Uhr MESZ)
- 17:00 Uhr Eröffnungszeremonie (24:00 Uhr MESZ)
- 17:30 Uhr Beginn der Halbfinal- und Finalkämpfe (0:30 Uhr MESZ)

**Frauen bis 78 kg**

*Deutsche Starterinnen:*  
Heide Wollert, JC Leipzig  
Luise Malzahn, SV Halle

**Frauen über 78 kg**

*Deutsche Starterin:*  
Franziska Konitz, SV Georg Knorr

**Männer bis 100 kg**

*Deutscher Starter:*  
Dino Pfeiffer, BC Karlsruhe



**Partnerschaft zwischen der Firma „PHOENIX Budo Sport“ und dem NWJV**



Die Firma „PHOENIX Budo Sport“ und der NWJV haben ihre Sponsoring-Partnerschaft verlängert. Dabei wird PHOENIX den NWJV bei allen Aktivitäten rund um den Judo Sport unterstützen. Die Firma PHOENIX Budo Sport bietet allen Vereinen folgende Leistungen an:

- **Judomatten** von AGGLOREX (Ausstatter der WM 2009 in Rotterdam)
- **Judogi** für Einsteiger und Spitzenkämpfer (PHOENIX BASIC bis BUDO's FINEST)
- gestickte **Vereinsabzeichen**
- **Teamausstattung** von T-Shirt bis Trainingsanzug, auch mit Bedruckung

Wir würden uns freuen, wenn die NWJV-Vereine auch bei PHOENIX Budo Sport anfragen, wenn Anschaffungen geplant sind. Ein Angebot ist selbstverständlich unverbindlich und kostenlos.



**Ihr freundlicher Partner für Händler und Vereins-Sammelbesteller**

... schnell, flexibel, kompetent!

- Sport-, Vereins- und Teamausstattung aller Art
- Großes Angebot an Qualitätsprodukten zu fairen Preisen
- Umfangreiches Kampfsportmatten-Sortiment
- Eigene Textildruck- und Stickwerkstatt

... mehr unter [www.phoenix-budo.de](http://www.phoenix-budo.de)



PHOENIX Budo Sport empfiehlt:

- AGGLOREX - Judomatten
- BUDO's FINEST Wettkampfanzüge u. preiswerte Einsteigeranzüge



PHOENIX Budo Sport | Westkirchner Str. 90 | 59320 Ennigerloh | Fon 02524.4323 | [info@phoenix-budo.de](mailto:info@phoenix-budo.de)





**Männer über 100 kg**

*Deutsche Starter:*  
Andreas Tölzer,  
1. JC Mönchengladbach  
Robert Zimmermann,  
UJKC Potsdam

Freitag, 10. September 2010

10:00 Uhr Beginn der Wett-  
kämpfe (17:00 Uhr MESZ)  
17:30 Uhr Beginn der Halbfi-  
nal- und Finalkämpfe (0:30 Uhr  
MESZ)

**Frauen bis 70 kg**

*Deutsche Starterinnen:*  
Kerstin Thiele, JC Leipzig  
Iljana Marzok, SC Berlin

**Männer bis 81 kg**

*Deutscher Starter:*  
Ole Bischof, TSG Reutlingen

**Männer bis 90 kg**

*Kein deutscher Starter*

Samstag, 11. September 2010

10:00 Uhr Beginn der Wett-  
kämpfe (17:00 Uhr MESZ)  
17:30 Uhr Beginn der Halbfi-  
nal- und Finalkämpfe (0:30 Uhr  
MESZ)

**Frauen bis 57 kg**

*Deutsche Starterinnen:*  
Viola Wächter, FC Schweiten-  
kirchen  
Marlen Hein, JSV Prenzlau

**1. Olympische  
Jugendspiele  
in Singapur**

Am Abschlussstag der  
Judo-Wettkämpfe der 1. Olympi-  
schen Jugendspiele in Singa-  
pur gab es für die Athleten des  
Deutschen Judo-Bundes (DJB)  
zwei Medaillen. Natalia Kubin  
aus Bad Nauheim erkämpfte  
die Silbermedaille in der Klasse  
bis 78 kg. Marius Piepke aus  
Garbsen gewann Bronze in der  
Klasse bis 100 kg.

**Frauen bis 63 kg**

*Deutsche Starterinnen:*  
Claudia Malzahn, SV Halle  
Claudia Ahrens, UJKC Potsdam

**Männer bis 73 kg**

*Deutscher Starter:*  
Christopher Völk, TSV Abens-  
berg

Sonntag, 12. September 2010

10:00 Uhr Beginn der Wett-  
kämpfe (17:00 Uhr MESZ)  
17:30 Uhr Beginn der Halbfi-  
nal- und Finalkämpfe (0:30 Uhr  
MESZ)

**Frauen bis 48 kg**

*Deutsche Starterin:*  
Michaela Baschin,  
TSG Backnang

**Frauen bis 52 kg**

*Deutsche Starterinnen:*  
Romy Tarangul, JC 90 Frank-  
furt/Oder  
Susi Zimmermann,  
JC 90 Frankfurt/Oder

**Männer bis 60 kg**

*Deutscher Starter:*  
Tobias Englmaier, TSV Groß-  
hadern

**Männer bis 66 kg**

*Kein deutscher Starter*

Montag, 13. September 2010

14:00 Uhr Beginn der Wett-  
kämpfe (21:00 Uhr MESZ)  
17:30 Uhr Beginn der Halbfi-  
nal- und Finalkämpfe (0:30 Uhr  
MESZ)

**Frauen Offene Klasse**

*Keine deutsche Starterin*

**Männer Offene Klasse**

*Deutsche Starter:*  
Andreas Tölzer,  
1. JC Mönchengladbach  
Robert Zimmermann,  
UJKC Potsdam

**Militär-Europa-  
meisterschaften  
in Novo Mesto**

Bei den Militär-Weltmeis-  
terschaften in Novo Mesto/  
Slowenien gewann Stefan  
Oldenburg (Witten) die Silber-  
medaille in der Klasse bis 90  
kg. Christina Krahe (Setterich)  
holte in der Klasse über 78 kg  
eine Bronzemedaille.

An den Militär-Europa-  
meisterschaften nahmen zehn  
Nationen teil.

**European-Junior-Cup der Frauen U 20  
und Männer U 20 in Berlin**

**Yannick Gutsche und Karl-  
Richard Frey holen Silber**

**- Wirth, Diedrich, Dunkel und Till-  
manns gewinnen Bronze -**

455 Starterinnen und Starter  
aus 31 Nationen kämpften beim  
European Junior Cup in Berlin.  
Sonja Wirth vom JC Swisttal  
gewann am ersten Tag eine  
Bronzemedaille in der Klasse  
bis 48 kg. Yannick Gutsche in  
der Klasse bis 81 kg und Karl-  
Richard Frey in der Klasse bis  
100 kg (beide TSV Bayer 04  
Leverkusen) holten am zweiten  
Tag die Silbermedaille. Szaund-  
ra Diedrich vom TV Brilon in  
der Klasse bis 63 kg, Miriam  
Dunkel von der SU Witten-  
Annen in der Klasse bis 70 kg,  
Julia Tillmanns in der Klasse  
bis 78 kg und Marc Odenthal  
vom 1. JC Mönchengladbach in  
der Klasse bis 90 kg erkämpften  
jeweils eine Bronzemedaille.

**Frauen U 20**

**bis 44 kg:**

1. Diana Kovacs, Rumänien
2. Irina Mora-Hernandez, JC Hemsb.
3. Andrea Kunitz, SV Georg Knorr
3. Cristina Casas, Spanien

**bis 48 kg:**

1. Alesya Kuznetsova, Russland
2. Katherina Taferner, Österreich
3. Sonja Wirth, JC Swisttal
3. Julia Pohl, JC 90 Frankfurt/Oder

**bis 52 kg:**

1. Majlinda Kelmendi, Albanien
2. Priscilla Gneto, Frankreich
3. Sappho Coban, BC Karlsruhe
3. Barbara Maros, Ungarn

**bis 57 kg:**

1. Loredana Ohai, Rumänien
2. Emma Barkeling, Schweden
3. Hélène Receveaux, Frankreich
3. Ivelina Ilieva, Bulgarien

**bis 63 kg:**

1. Jaime Lee Leonora, Niederlande
2. Maelle Dicintio, Frankreich
3. Franciska Szabó, Ungarn
3. Szaundra Diedrich, TV Brilon (Judointernat Köln)
5. Stephanie Manfrahs, 1. JC M'gladb.

**bis 70 kg:**

1. Kim Polling, Niederlande
2. Daria Davydova, Russland
3. Marie-Eve de Villers Matte, Kanada
3. Miriam Dunkel, SU Witten-Annen (Judointernat Köln)
5. Melina Wehmeyer, 1. JC M'gladb.

**bis 78 kg:**

1. Guusje Steenhuis, Niederlande
2. Alena Prokopenko, Russland
3. Julia Tillmanns, 1. JC M'gladbach
3. Tia Berger, JC 90 Frankfurt/Oder

**über 78 kg:**

1. Kristin Büssow, JC 90 Frankf./O.
2. Jasmin Külbs, JSV Speyer
3. Carolin Weiß, BC Dento
3. Marine Erb, Frankreich

**Männer U 20**

**bis 55 kg:**

1. Grigor Ivanyan, Armenien
2. Dennis Ehrmann, PSV Meiningen
3. Yannick Claproth, Niederlande
3. Joaquin Gomis, Spanien

**bis 60 kg:**

1. Toru Shishime, Japan
2. Vadoud Balatkhonov, Finnland
3. Lukasz Kielbasinski, Polen
3. Gor Harutyunyan, Armenien

**bis 66 kg:**

1. Tomofumi Takajo, Japan
2. Anzaur Ardanov, Russland
3. Arsen Tolosov, Russland
3. Sagi Muki, Israel

**bis 73 kg:**

1. Alexander Wiczerczak, JC Wiesbad.
2. Hannes Conrad, JC Leipzig
3. Tanju Sorli, Türkei
3. Aslan Lappinagov, Russland

**bis 81 kg:**

1. Max Münsterberg, TH Eilbeck
2. Yannick Gutsche, Bayer Leverkusen
3. Christian Zachar, Österreich
3. Soichi Hashimoto, Japan

**bis 90 kg:**

1. Magomed Magomedov, Russland
2. Gábor Vér, Ungarn
3. Marc Odenthal, 1. JC M'gladbach
3. Artur Kroyan, Armenien

**bis 100 kg:**

1. Ryunosuke Haga, Japan
2. Karl-Richard Frey, TSV Bayer 04 Leverkusen (Judointernat Köln)
3. Alexey Kazachkov, Russland
3. Feyyaz Yazici, Türkei

**über 100 kg:**

1. Gaku Fujii, Japan
2. Damian Nasiadko, Polen
3. Anton Krivobokov, Russland
3. Tomasz Talach, Polen

## Judo-Bundesliga

### 1. Judo-Bundesliga Frauen Nord

#### 2. Kampftag am Samstag, 26. Juni 2010

FT Neumünster - UJKC Potsdam	7: 0	(70: 0)
1. JC Mönchengladbach - SU Witten-Annen	6: 1	(55: 5)
TSV Bayer 04 Leverkusen - SU Witten-Annen	1: 5	(10:50)
Bayer Leverkusen - 1. JC Mönchengladbach	1: 5	( 7:50)
PSG Brandenburg - Hamburger JT	6: 0	(57: 0)
Brander TV - Hamburger JT	3: 3	(25:27)
Brander TV - PSG Brandenburg	1: 5	(10:35)

#### Tabelle

1. FT Neumünster	3	177: 30	18: 3	6: 0
2. PSG Brandenburg	3	134: 30	16: 3	6: 0
3. 1. JC Mönchengladbach	3	125: 54	13: 7	4: 2
4. UJKC Potsdam	3	97:104	10:11	4: 2
5. Brander TV	4	95:142	10:16	3: 5
6. Hamburger JT	4	87:157	9:17	3: 5
7. SU Witten-Annen	4	94:152	11:16	2: 6
8. TSV Bayer 04 Leverkusen	4	57:197	6:20	0: 8

### 2. Judo-Bundesliga Männer Nord

#### 5. Kampftag am Samstag, 26. Juni 2010

SV Motor Babelsberg - Judo in Holle	6: 8	(57:74)
KSC Asahi Spremberg - Bayer Leverkusen	9: 4	(90:40)
SV Georg Knorr Berlin - JC Eberswalde	11: 2	(107:20)
JC 66 Bottrop - Budokan Lübeck	14: 0	(128: 0)

#### Tabelle

1. JC 66 Bottrop	5	420:180	44:20	8: 2
2. KSC Asahi Spremberg	5	346:289	37:30	8: 2
3. Judo in Holle	5	361:319	37:33	6: 4
4. SV Motor Babelsberg	5	311:298	34:31	6: 4
5. SV Georg Knorr Berlin	5	318:279	33:30	4: 6
6. TSV Bayer 04 Leverkusen	5	327:339	33:35	4: 6
7. Budokan Lübeck	5	269:367	28:40	4: 6
8. JC Eberswalde	5	178:459	20:47	0:10

## Judo-Regionalliga

### Judo-Regionalliga Männer West

#### 3. Kampftag am Sonntag, 4. Juli 2010

TSV Hertha Walheim II - Beueler Judo-Club	4: 2	(40:20)
BTW Bünde - TSV Hertha Walheim II	4: 2	(35:20)
BTW Bünde - Beueler Judo-Club	5: 2	(45:20)
PSV Duisburg - JC Koriouchi Gelsenkirchen	4: 3	(40:27)
JC Bushido Köln - PSV Duisburg	6: 0	(60: 0)
JC Bushido Köln - JC Koriouchi Gelsenkirchen	5: 0	(50: 0)
JC 66 Bottrop II - JKG Essen	5: 1	(45:10)
SU Witten-Annen II - JC 66 Bottrop II	5: 2	(45:20)
SU Witten-Annen II - JKG Essen	2: 4	(20:40)

#### Tabelle

1. JC 66 Bottrop II	6	240:140	26:15	10: 2
2. BTW Bünde	6	247:150	26:15	10: 2
3. JC Bushido Köln	6	242:117	25:12	8: 4
4. SU Witten-Annen II	6	204:190	22:19	8: 4
5. Beueler Judo-Club	6	195:197	20:21	6: 6
6. JKG Essen	6	175:190	18:20	6: 6
7. TSV Hertha Walheim II	6	200:172	20:20	4: 8
8. PSV Duisburg	6	125:266	13:28	2:10
9. JC Kor. Gelsenkirchen	6	89:295	10:30	0:12

### Judo-Regionalliga Frauen West

#### 3. Kampftag am Sonntag, 4. Juli 2010

1. Essener JC - JC 71 Düsseldorf	5: 2	(45:15)
Yamanashi Porz - 1. Essener JC	5: 2	(50:20)
Yamanashi Porz - JC 71 Düsseldorf	6: 1	(57:10)
PSV Recklinghausen - Brander TV II	2: 4	(20:32)
1. JC Mönchengladbach II - PSV Recklinghausen	5: 1	(50:10)
1. JC Mönchengladbach II - Brander TV II	5: 2	(50:15)
PSV Duisburg - JC Köln-Süd Bushido	4: 2	(40:20)
DSC Wanne-Eickel - PSV Duisburg	0: 7	( 0:70)
DSC Wanne-Eickel - JC Köln-Süd Bushido	3: 4	(30:40)

#### Tabelle

1. 1. JC Mönchengladbach II	6	269:102	28:11	11: 1
2. PSV Duisburg	6	260:137	26:14	9: 3
3. Brander TV II	6	217:137	23:14	9: 3
4. Yamanashi Porz	6	221:142	23:15	8: 4
5. 1. Essener JC	6	177:215	19:22	5: 7
6. JC Köln-Süd Bushido	6	157:194	16:20	5: 7
7. DSC Wanne-Eickel	6	130:245	13:26	3: 9
8. JC 71 Düsseldorf	6	112:252	12:26	3: 9
9. PSV Recklinghausen	6	110:229	12:24	1:11



1. Bundesliga Männer: Marc Odenthal vom 1. JC Mönchengladbach mit Ko-uchi-gari gegen Lutz Behrla (SUA Witten)





## Judo-Oberliga

### Judo-Oberliga Männer West

2. Kampftag am Sonntag, 27. Juni 2010

SV 08/29 Friedrichsfeld - JG Münster	5: 2	(41:17)
MSV Duisburg - SV 08/29 Friedrichsfeld	2: 4	(20:40)
MSV Duisburg - JG Münster	3: 4	(30:40)
FC Stella Bevergern - Dortmunder BSV	4: 3	(40:25)
1. JC Mönchengladbach II - FC Stella Bevergern	5: 2	(50:20)
1. JC Mönchengladbach II - Dortmunder BSV	3: 3	(30:30)
SU Witten-Annen III - PSV Bochum	0: 7	( 0:70)
Bayer Leverkusen II - SU Witten-Annen III	7: 0	(70: 0)
TSV Bayer 04 Leverkusen II - PSV Bochum	2: 5	(20:50)
1. Godesberger JC - JV Siegerland	3: 4	(30:35)
JC Hennef - 1. Godesberger JC	3: 3	(30:30)
JC Hennef - JV Siegerland	3: 4	(30:40)

#### Tabelle

1. JG Münster	5	207:111	22:12	8: 2
2. JV Siegerland	5	200:140	21:14	8: 2
3. 1. Godesberger JC	5	210:125	21:13	7: 3
4. SV 08/29 Friedrichsfeld	5	166:142	18:15	7: 3
5. Bayer Leverkusen II	5	215:125	22:13	6: 4
6. PSV Bochum	5	205:130	21:13	6: 4
7. 1. JC Mönchengladbach II	5	175:155	18:16	5: 5
8. FC Stella Bevergern	5	155:164	16:18	5: 5
9. JC Hennef	5	150:180	15:19	5: 5
10. SU Witten-Annen III	5	84:255	9:26	2: 8
11. Dortmunder BSV	5	120:200	13:21	1: 9
12. MSV Duisburg	5	90:250	9:25	0:10

**Rückzug vom Rückzug!** Der Dortmunder BSV startet nun doch weiter in der Oberliga!

### Judo-Oberliga Frauen West

2. Kampftag am Sonntag, 27. Juni 2010

JC Wermelskirchen - Judoka Rauxel	5: 2	(50:20)
Bayer Leverkusen II - JC Wermelskirchen	3: 4	(30:40)
TSV Bayer 04 Leverkusen II - Judoka Rauxel	3: 4	(30:35)
1. Essener JC II - JC 93 Bielefeld	5: 2	(50:20)
JC Kolping Bocholt - 1. Essener JC II	2: 4	(20:40)
JC Kolping Bocholt - JC 93 Bielefeld	4: 2	(37:20)
SUA Witten II - TSV Einigkeit Bielefeld	5: 1	(45:10)
JC 66 Bottrop II - SUA Witten II	1: 5	(10:50)
JC 66 Bottrop II - TSV Einigkeit Bielefeld	6: 0	(60: 0)
Brander TV III - Stella Bevergern	2: 5	(15:50)
JV Siegerland - Brander TV III	3: 3	(30:30)
JV Siegerland - Stella Bevergern	3: 3	(25:30)

#### Tabelle

1. SUA Witten II	5	240: 60	25: 6	10: 0
2. JV Siegerland	5	215: 97	22:10	8: 2
3. 1. Essener JC II	5	177:145	18:15	8: 2
4. Brander TV III	5	165:127	18:13	7: 3
5. JC 66 Bottrop II	5	177:115	18:12	6: 4
6. JC Wermelskirchen	5	180:167	18:17	6: 4
7. Judoka Rauxel	5	152:180	16:18	6: 4
8. Stella Bevergern	5	145:165	15:18	3: 7
9. Bayer Leverkusen II	5	130:185	13:19	2: 8
10. JC Kolping Bocholt	5	107:185	11:19	2: 8
11. TSV Einigkeit Bielefeld	5	80:225	8:23	2: 8
12. JC 93 Bielefeld	5	110:227	11:23	0:10

## Internationale Turniere

### Swantje Kaiser gewinnt Bronze in Paks

Swante Kaiser vom JC Bushido Köln gewann beim European Junior Cup der U 20 in Paks/Ungarn eine Bronze-medaille in der Klasse bis 57 kg. Fünfte Plätze belegten Max Strote von der JG Ladbergen (bis 90 kg), Stephanie Manfrahs vom 1. JC Mönchengladbach (bis 63 kg), Aylin Jeske vom JJJC Yamanashi Porz, Melina Wehmeyer vom 1. JC Mönchengladbach (beide bis 70 kg) und Yvonne Schildgen vom TSV Bayer 04 Leverkusen (über 78 kg).

### Erste Plätze für Sonja Wirth und Karl-Richard Frey in Prag

Beim European Junior Cup der U 20 in Prag erkämpften Sonja Wirth vom JC Swisttal (bis 48 kg) und Karl-Richard Frey vom TSV Bayer 04 Leverkusen (bis 100 kg) erste Plätze. Bronze holten Miriam Dunkel von der SU Witten-Annen, Ulrike Scherbarth vom 1. JC Mönchengladbach (beide bis 70 kg) und Yannick Gutsche vom TSV Bayer 04 Leverkusen (bis 81 kg). Auf siebte Plätze kamen

Swantje Kaiser vom JC Bushido Köln (bis 57 kg), Szaundra Diedrich vom TV Brilon (bis 63 kg) und Julia Tillmanns vom 1. JC Mönchengladbach (bis 78 kg).

### Julia Tillmanns und Karl-Richard Frey holen Gold in Südkorea

Zum Training und Wettkampf weilte ein deutsches Team in Südkorea. Betreut wurden die Athletinnen und Athleten unter anderem von NWJV-Landestrainer Stefan Küppers.

Beim Jikji-Cup für die U 20 siegte Julia Tillmanns vom 1. JC Mönchengladbach in der Klasse bis 78 kg. Karl-Richard Frey vom TSV Bayer 04 Leverkusen holte an seinem Geburtstag als erster Deutscher bei diesem Turnier Gold in der Klasse bis 100 kg. Sonja Wirth vom JC Swisttal erkämpfte in der Klasse bis 48 kg die Silbermedaille. Auf Bronzeränge kamen jeweils Ulrike Scherbarth vom 1. JC Mönchengladbach (bis 70 kg) und Yannick Gutsche vom TSV Bayer 04 Leverkusen (bis 81 kg). Einen fünften Platz belegte Nadja Bazynski vom TSV Bayer 04 Leverkusen in der Klasse bis 63 kg.



Die NWJV-Athletinnen und Athleten nach erfolgreichem Wettkampf in Südkorea (von links nach rechts): Landestrainer Stefan Küppers, Julia Tillmanns, Ulrike Scherbarth, Sonja Wirth, Yannick Gutsche und Karl-Richard Frey



**Rheinland-Cup für Kreisauswahlmannschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 14 in Brühl**

## Nachwuchs aus dem Kreis Bonn stoppt Kölner Serie

Die Stimmung beim Rheinland-Cup im Sportzentrum des Brühler Turnvereins war nicht nur aufgrund der hohen Außentemperaturen sehr heiß. Man hatte den Eindruck als sei eine Steigerung selbst beim Fußball-

spiel am Nachmittag zwischen Deutschland und Argentinien, dem auch die Judokas den ganzen Tag entgegen fieberten, nicht mehr möglich. Das am Ende siegreiche Team aus dem Kreis Bonn demonstrierte ein-

drucksvoll, wie man sich über einen Finaleinzug und später auch noch über den deutlichen Gesamtsieg freuen kann. Doch selbst die in zwei Mannschaftskämpfen sieglosen Nachwuchsjudokas aus dem Kreis Bergisch

Land zeigten, dass ein solcher Wettbewerb den Teamgeist stärkt und trotz der Niederlagen riesig Spaß machen kann. Mit zwei großen Trommeln wurde die Mannschaft von der Tribüne aus lautstark unterstützt.

Seit 2006 heißt das Finale beim Rheinland-Cup Köln gegen Bonn. Die Kölner sind seit 2004 ungeschlagen. Doch diese Serie sollte in diesem Jahr gestoppt werden. Der Kreis Bonn holte einen eindrucksvollen und ungefährdeten 13:3-Sieg.

**Text und Fotos: Erik Gruhn**



### Rheinland-Cup U 14

1. Kreis Bonn
2. Kreis Köln
3. Kreis Düsseldorf
3. Kreis Krefeld
5. Kreis Duisburg
5. Kreis Aachen
7. Kreis Wuppertal
7. Kreis Essen



# Spannung pur!



## Westfalen-Cup U 14

1. Kreis Bochum/Ennepe
2. Kreis Warendorf/Münster
3. Kreis Ostwestfalen
3. Kreis Recklinghausen
5. Kreis Steinfurt
5. Kreis Paderborn
7. Märkischer Kreis
7. Kreis Dortmund

Westfalen-Cup für Kreisauswahlmannschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 14 in Bottrop

## Bochum/Ennepe holt sich den Titel zurück



Titelverteidiger Recklinghausen musste sich dieses Mal mit Bronze zufrieden geben. Den Titel beim Westfalen-Cup sicherte sich ungefährdet Vorjahres-Vizemeister Bochum/Ennepe (Foto) gegen Überraschungsfinalist Warendorf/Münster.

Foto: privat





## NRW-Pokal für Bezirksauswahlmannschaften U 15, U 18 und U 23 in Willich

# Bezirke Köln und Düsseldorf gewinnen die „Hitzeschlacht“

Bei Temperaturen oberhalb der 35 Grad fand der NRW-Pokal in diesem Jahr in Willich im Bezirk Düsseldorf statt. Erfreulicherweise waren in diesem Jahr alle fünf Bezirke in allen drei Altersklassen vertreten. Erstmals wurde der NRW-Pokal auch für die U 23 durchgeführt. So standen auf den drei Matten jeweils zehn Mannschaftskämpfe auf dem Programm. Die Kampfzeit bei der U 18 wurde

auf drei Minuten, bei der U 23 auf vier Minuten verkürzt.

Die „Hitzeschlacht“ gewann am Ende in der U 15 und U 18 der Bezirk Köln, in der U 23 war der Bezirk Düsseldorf Sieger der Premiere.

Der Ausrichter musste während der Kämpfe laufend Getränke nachkaufen. Es wurden alleine 50 Kästen Wasser verbraucht.

**Text und Fotos: Erik Gruhn**



NWJV-Verbandsjugendleiter Jörg Bräutigam hielt es bei den hohen Temperaturen nur mit Handtuch aus

### Platzierungen U 15

1. Bezirk Köln
2. Bezirk Düsseldorf
3. Bezirk Münster
4. Bezirk Arnsberg
5. Bezirk Detmold

### Platzierungen U 18

1. Bezirk Köln
2. Bezirk Münster
3. Bezirk Düsseldorf
4. Bezirk Detmold
5. Bezirk Arnsberg

### Platzierungen U 23

1. Bezirk Düsseldorf
2. Bezirk Münster
3. Bezirk Köln
4. Bezirk Arnsberg
5. Bezirk Detmold







Verband, einem Kreis- oder Stadtsportbund oder einer Schule absolviert. Dabei bietet das Projektjahr den Jugendlichen die Möglichkeit den Sport von einer neuen Seite kennen zu lernen. Neben den regelmäßigen Trainingseinheiten mit Sportgruppen und Schulklassen, erledigten die FSJ-ler auch organisatorische Aufgaben und lernten dabei, was alles hinter einer erfolgreichen Arbeit einer Sportorganisation steckt. „Mir hat das FSJ wirklich viele Türen geöffnet und ich habe einen neuen Blickwinkel im Sport eingenommen“, beschreibt Johannes Sonntag aus Mönchengladbach seine gesammelten Eindrücke des vergangenen Jahres.

Dieses endete in Südafrika mit dem Abschlussseminar 2010. Die Höhepunkte der Reise waren natürlich die Besuche im Stadion von Nelspruit und das „Public Viewing“ auf dem Fifa Fan Fest. Selbstverständlich durfte auch eine Safari im Krügnationalpark nicht fehlen. Hier sahen die Jugendlichen die begehrten „Big five“, die größten Säugetiere der Welt. Am Ende der Reise blieben allerdings die Momente besonders im Gedächtnis, welche die FSJ-ler bei den Kindertagen und den Begegnungen mit den Einheimischen gesammelt haben. Auf einmal waren sie nicht mehr fremd und erhielten einen ungetrübten Blick auf die geteilte Gesellschaft Südafrikas. Denn neben den strahlenden Gesichtern blickten die Jugendlichen eben auch in die leeren Augen der Aidsweisen.

Moritz Belmann

## Freiwilliges Soziales Jahr

# „Es war die beste Entscheidung meines Lebens“

Die Gesichter südafrikanischer Kinder unterscheiden sich wie Tag und Nacht. Das Gesicht eines Kindes mit wohlhabenden und gesunden Eltern ist froh und offen. Es lässt Emotionen zu. Seine Augen sind gefüllt mit Neugier und sein Lachen zieht sich über das gesamte Gesicht. Auf der anderen Seite gibt es auch die verschlossenen Gesichter. Sie verbergen eine Geschichte und ein schreckliches Schicksal. Oft müssen diese Kinder nur mit dem Nötigsten auskommen. Ihre Eltern haben viele von ihnen durch die Krankheit Aids verloren. Aber auch in ihrem

Körper haben sich die Viren eingenistet. Das Gesicht dieser Kinder ist leer. Keine Emotionen sind in den Gesichtszügen der Kleinen abzulesen. Sie bleiben still. Weder ein Lachen noch ein Schrei der Freude kommt über ihre Lippen.

Dies waren Erfahrungen, welche die 50 FSJ-ler aus Nordrhein-Westfalen während ihrer Reise zur Fußball-Weltmeisterschaft nach Südafrika gemacht haben und vor allem machen mussten, um das Land und seine Gesellschaft zu verstehen. Denn trotz der allgemeinen Euphorie, die WM im Gastgeberland erleben zu können, waren es

vor allem diese Augenblicke, die den Jugendlichen im Gedächtnis bleiben werden. „Es war die beste Entscheidung meines Lebens“, blickt Daniel, ein FSJ-ler aus Köln, auf die dreiwöchige Reise zurück. Doch Südafrika war nur das Ende eines lehrreichen und besonderen Jahres. Denn fast alle 50 Teilnehmer der Reise haben im vergangenen Jahr ein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) in einem Sportverein, einem



Moritz Belmann berichtet aus Südafrika



# Eine Woche Spiel, Spaß, Sport und Judo Judo Judo

Ruhig sitzen 90 junge Judokas auf der Judomatte in Hennef. Vor ihnen steht Daniel Gürschner. Mit seiner ruhigen Stimme und seiner Statur strahlt er eine Aura aus, die selbst die redefreudigsten und lautesten Teilnehmer des fünften NWJV-Talentcamps zum Schweigen bringt. Der Bundestrainer der U 23 vermittelt den Judokas der Altersklasse U 14 in dieser Einheit die Besonderheiten des O-uchi-gari. Die vertraute Technik wird mit den Kindern intensiviert und Details werden erarbeitet, die im Wettkampf zwischen einem Wazaari und einem Ippon entscheiden. Doch Daniel Gürschner war nicht der einzige hochklassige Referent dieses Jahr im Talentcamp.

Den Anfang machte am Montag der ehemalige Bundestrainer und Olympiasieger von 1984 Frank Wienecke. Er zeigte den jungen Judokas die Techniken Ashi-uchi-mata



Foto: Betreuersteam

Frank Wienecke

und ebenfalls O-uchi-gari. Dabei erzählte er von seinen eigenen Erfahrungen von Olympia und der Arbeit mit Ole Bischof, dem Olympiasieger von Peking 2008. Eine weitere einbeinige Technik vermittelte am Dienstag Peter Frese. Der Präsident des DJB und NWJV zeigte in seiner Einheit einen

Harai-goshi. Doch neben der Vermittlung der Technik war Frese besonders eine gesunde Trainingsmoral wichtig. „Ihr müsst euch nicht immer die Gegner im Randori suchen, die ihr drei, vier Mal in die Matte werfen könnt. Ihr braucht auch Gegner, die stärker sind als ihr.

Dann könnt ihr an denen wachsen“, erklärte der Präsident den jungen Wettkämpfern.

Nach drei Einheiten im Stand folgten schlussendlich noch zwei Bodeneinheiten mit den Landestrainern der Jungen U 17 und U 20 Sebastian Heupp und Stefan Küppers.



„Die Erfrischungsbar“



Daniel Gürschner

Foto: Betreuersteam

Dabei verwiesen beide auf die Wichtigkeit der Bodentechniken im internationalen Vergleich. So werde der Schwerpunkt in vielen europäischen Ländern besonders auf den Stand gelegt. Deshalb könne ein guter Bodenkämpfer besonders im internationalen Bereich punkten, versicherte Sebastian Heupp den Judokas. Besonders ausführlich gingen die beiden Landestrainer auf den Angriff aus der eigenen Rückenlage und den Angriff gegen die Bankposition ein.

Neben den Judoeinheiten wartete auf die Jugendlichen zudem ein abwechslungsreiches Programm. Denn schon morgens um 7:00 Uhr wartete der Frühsport mit Joggen und Judo auf die besonders motivierten Judokas. Aber nicht nur vor, sondern auch nach den Judo-einheiten, gab es Möglichkeiten sich weiterhin körperlich zu betätigen. Der Abendsport bot Platz für Fußballturniere und Basketballspiele. Zudem hatten die Jugendlichen eine Chance neue Sportarten auszuprobieren. Vom Trampolin springen, über





Parcours laufen bis hin zum Tanzstil „Jumpstyle“ konnten die Judokas etwas Neuem nachgehen.

Das fünfte Talentcamp war, wie seine Vorgänger, ein voller Erfolg. Besonders die hochklassigen Referenten beeindruckten die jungen Judokas. Doch so still wie bei den 90 Minuten mit Daniel Gürschner als Trainer auf der Matte wurde es in den gesamten fünf Tagen nicht mehr.

**Text: Moritz Belmann**  
**Fotos: Erik Gruhn**

## Resümee Talentcamp: Positive Bilanz

Zum fünften Mal fand in der Sportschule Hennef vom 1. bis 6. August 2010 das energiegeladene Talentcamp statt. Unter der Leitung des Jugendbildungsreferenten Erik Goertz wurden 90 Judokas der Jahrgänge 1997 bis 1999 trainiert und ganztags betreut.

Dieses Camp, geleitet von gut ausgebildeten Trainerinnen und Trainern und Betreuerinnen und Betreuern, bietet den Kindern und Jugendlichen jährlich ein vielseitiges Angebot rund um die Sportart Judo. Das Programm besteht aus unterschiedlichen Inhalten und Schwerpunkten, die aufeinander abgestimmt sind. Technikeinheiten mit erfolgreichen Athleten, Referenten und derzeitigen Landestrainern sowie Konditionseinheiten und verschiedenen kleinen Spielen innerhalb der Judoeinheiten, sowie beim Abendsport stehen

auf dem Programm.

Das Talentcamp bietet den Kindern und Jugendliche ein breites Spektrum. In Trainingseinheiten mit den Landestrainern, (ehemaligen) Bundestrainern und dem Präsidenten des Nordrhein-Westfälischen Judo-Verbandes wurden die Judokas befähigt, dass Gelernte (vorgezeigten Techniken) direkt in die Praxis umzusetzen und die neuen Techniken und Erkenntnisse mit vorangegangenen Techniken und Bewegungsabläufen zu kombinieren.

Ein weiteres Ziel dieses Talentcamps ist für die Teilnehmer das Kennenlernen und Auseinandersetzen mit oft völlig fremden Menschen, mit denen man über einen begrenzten Zeitraum zusammenleben muss. Die Teilnehmer sollen im Verlauf des Camps ihre eigene

Identität, ihre Sozialkompetenz sowie die Kommunikationskompetenz weiterentwickeln können. Hierzu zählen das Einhalten von Verbindlichkeiten, Entwickeln von Kritikfähigkeit, Diskussionsbereitschaft und die Ausbildung von (Eigen-)Verantwortung. Diese Verhaltens-

weisen sind für das Zusammenleben innerhalb einer Gruppe zwingend notwendig.

Diese Kompetenzen, Fertigkeiten und Fähigkeiten werden den Teilnehmern nicht nur bei den sportlichen Betätigungen vermittelt. Im ganzen Tagesablauf werden den Teilnehmern



**Stefan Küppers**



**Sebastian Heupp**

Möglichkeiten gegeben, ihre Mitarbeit und Übernahme von Verantwortung zu schulen und zu präsentieren. Sehr spannend bei diesem Talentcamp war für das Trainerteam die Entwicklung der Gruppe. Im Laufe der Woche hat die Freizeitgruppe mehrere Phasen (Orientierungsphase, Machtkampfphase, Vertrauensphase, Differenzierungsphase und Ablösungsphase) durchlaufen.

90 Teilnehmer mit den unterschiedlichsten Interessen (außer Judo), Gürtelgraduie-



rung, Persönlichkeit, sozialen Herkunft etc. haben zum Teil zum ersten Mal an einer Jugendsportfreizeit ohne Eltern teilgenommen.

Das Trainer- und Betreuungsteam, bestehend aus Andre Föbus, Erik Goertz, Edda Karlsson (Physiotherapeutin), Jenny Schmitz, Kai Strietzel, Michael Weyres, Moritz Belmann, Michael Schmitz und Nicole Hafner legte besonders viel Wert auf die Grundtechniken. Alle Mädels und Jungs waren hoch motiviert und so konnten einige judospezifische Fortschritte und neue Kenntnisse in anderen Sportarten, wie „Jumpstyle, Le Parcour, etc.“ erzielt werden. Neben den sportlichen Fähigkeiten wurden seitens des Trainerteams auch individuelle, soziale Fähigkeiten und Fertigkeiten gefördert. Verantwortung für sich und die Gruppe tragen, Disziplin und Ordnung auf dem Zimmer und Pünktlichkeit beim Gruppentreffen und Training waren nur ein Teil. Ein wichtiger Aufgabenbereich der Trainer, Referenten und Betreuer ist zu dem aber auch die Beziehungsarbeit innerhalb des Trainerteams sowie, wesentlich entscheidender, unterhalb der Teilnehmer und auch zwischen den Teilnehmern und Trainern.

Weitere Fotos vom Talentcamp und von der Sommerschule auf den Seiten 36 und 37

Das Talentcamp, eine Freizeitmaßnahme, beinhaltete neben dem sportlichen Aspekt natürlich auch die Bildungs- und Beziehungsarbeit. Alltagsseelsorge, Mutzusprache sowie kleine pädagogische Gespräche im Zweier- und Gruppengespräch.

Die Trainer und Bereuer achteten bei Problemen und Konflikten darauf, dass sie mehr Hilfe zur Selbsthilfe gaben, anstatt Entscheidungen und Verantwortung den Teilnehmern abzunehmen, da diese Aktionen eigenständige Problembewältigungen sind und somit einen entscheidenden Beitrag zur Persönlichkeitsentwicklung geben. Pädagogische Problemfelder, wie Heimweh, unterschiedlich hohes Taschengeld, Lob und Konsequenzen und Schlaf- und Ruhezeiten sind Aufgabenbereiche, die das Trainerteam durch ihre ganzheitlichen Handlungskompetenzen (Zusammensetzung aus Fachkompetenz, Sozialkompetenz und Methodenkompetenz) professionell zu lösen hatte.

Das fünfte Talentcamp ohne Mama und Papa wurde mit Bravour und in guter Atmosphäre von den Teilnehmern sowie von dem Trainerteam gemeistert. Im Fluge verstrichen die erlebnisreichen Tage. Vielen gefielen die Tage so gut, dass sie sich im nächsten Jahr wieder anmelden wollen. Zur Erinnerung an die schöne Zeit haben alle



Teilnehmer ein Schlüsselband und ein T-Shirt erhalten, auf dem sich die Referenten Daniel Gürschner, Peter Frese, Frank Wienecke, Stefan Küppers und Sebastian Heupp verewigen konnten.

Einen Dank ist dem Trainerteam für ihr überragendes Engagement, den vorbildlichen jungen Sportlern, sowie auch deren Eltern für das entgegengebrachte Vertrauen und den vielen (un)sichtbaren Helfern in der Verwaltung und Küche der Sportschule Hennef auszusprechen.

Nicole Hafner

Nicole Hafner (auf dem Foto links stehend 2.v.r.) absolviert derzeit im Rahmen ihres Studiums „Erziehungswissenschaften Bachelor of Arts“ an der Uni Duisburg-Essen ein Praktikum beim NWJV



## 23. Sommerschule der NWJV-Jugend

# Olympiasieger und Castingshow

Mit der Anreise der genau 88 Teilnehmer und dem anschließenden Eröffnungstraining begann die 23. Sommerschule der NWJV-Jugend in der Sportschule Hennef. Neben 80 Judokas aus Nordrhein-Westfalen nahmen auch acht Sportler aus Frankreich, die zusammen mit dem früheren NWJV-Präsidenten Hans-Peter Klöcker angereist waren, an der diesjährigen Sommerschule teil.

NWJV-Jugendbildungsreferent Erik Goertz begrüßte die Jugendlichen zum ersten Training auf der Matte. Er stellte die Betreuer vor und leitete anschließend die Einheit.

Am Montagmorgen wurde ein Überraschungsgast erwartet ... Auf dem Wochenplan war die Trainingseinheit mit drei Fragezeichen aufgeführt. Der Olympiasieger von Peking 2008 Ole Bischof konnte von den Jugendlichen begrüßt werden. Der 30-Jährige war bereits der vierte deutsche Judo-Olympiasieger, der in den letzten Jahren als Referent in Hennef auf der Matte stand. Zuvor demonstrierten bereits Frank Wieneke, Udo Quellmalz und Yvonne Bönisch ihre erfolgreichen Wettkampftechniken bei der Sommerschule. Ole zeigte zunächst Hebeltechniken im Boden, gefolgt von Sumi-gaeshi und seinem „Ole-gake“. Mit dieser Technik hatte er in China die entscheidende Wertung zum Goldgewinn erzielt. Seit einigen Tagen gibt es von Ole Bischof auch einen App für das iPhone mit seinen besten Techniken.

Beim Judo-Grand-Prix-Turnier in Düsseldorf absolvierte er seinen letzten Judo-Wettkampf. Danach gab er das Ende seiner aktiven Laufbahn bekannt. Doch Nick Hein hat sich nicht vom Kampfsport verabschiedet. Seit einigen Monaten betreibt er erfolgreich Mixed Martial Arts. Zur Sommerschule kam er bereits zum wiederholten Male als Referent. Nach zahlreichen akrobatischen Aufwärmübungen demonstrierte er Ura-nage und stellte darüber eine Verbindung zu seiner neuen Sportart her, die er den interessierten Jugendlichen näher brachte. Doch immer wieder kamen auch Elemente aus dem Judosport vor.

Ein weiterer Dauergast bei der Sommerschule in Hennef ist DJB- und NWJV-Präsident Peter Frese. Eine knappe Stunde lang kramte er in seiner Ideenbox und präsentierte eine Aufwärm- oder Kräftigungsübung nach der anderen. Einige Übungen erforderten eine starke Koordinationsfähigkeit der Nachwuchsjudokas. Dazu gehörten außerdem eine fast unendliche Variationsvielfalt an Liegestützen. Im zweiten Teil des Trainings appellierte Peter Frese an die Jugendlichen, sich immer mit den besseren Athleten zu messen, um einen eigenen Leistungsfortschritt zu erzielen. Im Technikteil demonstrierte er Hane-goshi.

Vahid Sarlak aus dem Iran war am Dienstagnachmittag Referent bei der Sommerschule in Hennef. Der 29-Jährige hatte bei den Weltmeisterschaften

in Rotterdam im vergangenen Jahr in Rotterdam einen fünften Platz belegt. Mithilfe von Roozbeh Peer-Yoordshahi aus Bonn, der als Uke und Übersetzer fungierte, erläuterte der 60-kg-Kämpfer den Jugendlichen seine Spezialtechniken. Nach einem kurzen Abstecher zu Sumi-gaeshi legte er den Schwerpunkt auf Kata-guruma als Abtauchtechnik. Er hatte die Technik so angepasst, dass sie auch nach den aktuellen Regeln im Wettkampf angewandt werden kann. Einige Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Sommerschule konnten die Technik zur sichtlichen Zufriedenheit von Vahid Sarlak bereits nach kurzer Zeit fehlerfrei demonstrieren.

Mit Benjamin Behrla konnte bei der diesjährigen Sommerschule in Hennef ein weiterer Olympiastarter von

Peking begrüßt werden. Der 24-jährige Bundesligakämpfer der SU Witten-Annen hat sich in der Vergangenheit auch schon zweimal (2008 und 2010) mit einer Bronzemedaille bei den Europameisterschaften geschmückt. Er begann mit einigen Aufwärmübungen, die die nach inzwischen fünf Trainingseinheiten an drei Tagen doch etwas müden Jugendlichen auf Trab brachten. Er ließ die Judokas Seoi-nage und anschließend eine Art von Tani-otoshi üben. Im Boden vermittelte er eine Umdrehtechnik gegen den auf dem Bauch liegenden Uke. Einige Randoris durften im Anschluss an das Techniktraining nicht fehlen.

Tagsüber steht bei der Sommerschule in Hennef der Judosport mit hochklassigen Referenten im Vordergrund. Am Abend reichte das Freizeit-



Vahid Sarlak



Benjamin Behrle



Nick Hein



Sebastian Heupp



sportangebot von Beachvolleyball über Capoeira, Völkerball, Basketball, Handball, Gürtelhockey, Rugby bis hin zu Fußball.

Das erste Training am Donnerstag fand unter der Leitung von Didier Bournhol aus Südfrankreich statt. Der Franzose ist der Trainer der französischen Gastmannschaft bei der Sommerschule in Hennef. Er hat erst vor wenigen Wochen in Paris seine Prüfung zum 6. Dan-Grad im Judo abgelegt. Didier Bournhol beeindruckte durch seinen blitzschnellen Tai-otoshi, den er aus einer schwungvollen Kreisbewegung demonstrierte. Immer wieder wies er mit Hilfe von Sheena Zander, die für die Teilnehmer der Sommerschule die Erklärungen übersetzte, auf die wichtigen Punkte zur erfolgreichen Ausführung der Technik hin. Außerdem zeigte er Ko-uchi-gari und eine Hebeltechnik im Boden.

Noch am Tag zuvor weilte U 17-Landestrainer Sebastian Heupp beim Internationalen Trainingscamp der U 20 in Berlin. Am Donnerstag kam er zur Sommerschule der NWJV-Jugend nach Hennef. Die letzte Judo-Einheit stand hier bereits auf dem Programm. Noch einmal waren die Jugendlichen hoch motiviert und verfolgten aufmerksam den Erklärungen von Sebastian Heupp, der mehrere einfache Bodentechniken unter dem Thema „Aktive Verteidigung in der Bankposition“ zeigte.

Am Abschlussabend fand die große NWJV-SDS-Show in der Aula der Sportschule Hennef statt. Die Jugendlichen hatten gemeinsam mit dem Betreuersteam eine filmreife Casting-Shows organisiert. Die Jury hatte es wahrlich nicht leicht,

aus den Bewerbern die drei besten Beiträge auszuwählen. Der Sieger wurde schließlich durch den Applaus des Publikums ermittelt. Wer nicht unter den Zuschauern dabei war, hat wirklich was verpasst ...

Rechtzeitig zum Outdoor-Ausdauerwettbewerb „Iron-Man und Mega-Woman“ zeigte sich endlich auch die Sonne in Hennef. Bei blauem Himmel und strahlendem Sonnenschein machten sich die Kontrahenten am Vormittag auf, um einen Hindernisparcour, die 20-Runden-Laufstrecke und den Hanglauf mit Medizinball zu absolvieren. Das Freibad ist leider weiterhin defekt, so dass der Schwimmteil nicht durchgeführt werden konnte. Bei den Jungen waren erfolgreich: 1. Robin Gutsche, 2. Tim Malewany, 3. Felix Reese, 4. Max Baczak, 5. Pascal Grundmann, 6. Maxime Junghänel, 7. Gabriel Berg, 8. Lars Krautscheid, 9. Dimitri Sokolovski, 10. Jens Malewany. Die Platzierungen bei den Mädchen: 1. Denise Schmitz, 2. Carolin Rößner, 3. Janine Grafen, 4. Sarah Kirchrath, 5. Miriam Schubert, 6. Nicola Dalibor. Weitere Teilnehmerinnen kamen nicht ins Ziel.

Zum Abschluss fand das traditionelle Fußballspiel der Teilnehmer gegen die Betreuer statt. Im vergangenen Jahr hatten erstmals die Teilnehmer gewonnen. In der ersten Halbzeit sah alles nach einer weiteren Pleite für die Betreuer aus, doch mit einer großen Kraftanstrengung gelangen in der zweiten Halbzeit der Anschlusstreffer und der Ausgleich. Die Verlängerung brachte keine Entscheidung, so dass die Begegnung 2:2 endete.

**Text und Fotos: Erik Gruhn**



Peter Frese





**Iron-Man Robin Gutsche**  
(links)



**Gianna Schmitz**, ehemalige Jugendsprecherin und seit 2009 stellvertretende Verbandsjugendleiterin im NWJV, wurde von der Deutschen Sportjugend bei der DSJ-academy angenommen. Die „dsj academy basic“ ist ein Qualifizierungsprogramm für junge Engagierte, die ihre Kenntnisse und Fähigkeiten für ihr Engagement weiterentwickeln möchten, um sich so noch kreativer und sachkundiger in der Kinder- und Jugendarbeit im Sport engagieren zu können.



**Mega-Woman Denise Schmitz**  
(Mitte)



**Sven Helbing**, früherer Nationalkämpfer und mehrfacher Deutscher Meister, ist neuer Trainer in Bottrop. Zum einen ist er als Judotrainer bei der Stadt Bottrop angestellt und wird Judo als Unterrichtsfach in den Bottroper Grundschulen anbieten. Darüber hinaus wird der 38-Jährige im Rahmen des Projektes Sportiv alle Bottroper Sporttalente (alle Sportarten) in besonderer Weise betreuen. Außerdem ist Sven Helbing zusätzlich beim JC 66 Bottrop angestellt und wird dort neben Frank Urban zweiter hauptamtlicher Trainer.



**Didier Bournhol**

### Geplante Termine 2011

**8. - 12. August 2011**  
6. NWJV-Talentcamp  
(U 14)

**21. - 26. August 2011**  
NWJV-Sommerschule  
(U 18)

Änderungen vorbehalten!

Anmeldungen werden ab 25. Oktober 2010 entgegengenommen. Die Ausschreibung erscheint an diesem Tag auf [www.nwJV.de](http://www.nwJV.de)





## Bewegung lehren - ein Projekttag am Gymnasium

„So jetzt machen alle mal einen Purzelbaum.“ Diese Aufforderung ist im Judotraining der unteren Jahrgänge eigentlich gang und gebe. Doch viele der Kinder können heutzutage diese an sich einfache motorische Aufgabe nicht lösen. Die Bewegung ist in den letzten Jahren im Alltag der Kinder immer weiter in den Hintergrund gerückt. Es gibt ja die Wii oder andere Computerspiele, die den Kindern scheinbar Bewegungen vermitteln sollen. Das Ergebnis sehen wir in den Sportvereinen jede Woche auf der Judomatte. Viele Kinder können die selbstverständlichen Übungen einfach nicht mehr ausführen.

Deshalb hat das Judo J-Team NRW unter dem Motto „Wir sind schwer mobil“ einen Projekttag am Gymnasium St. Mauritz in Münster durchgeführt. Dabei wurde den Sextanern vor allem vermittelt, dass ihr Körper das beste Sportgerät ist, was sie besitzen. In vier Stationen stellten die Zehn- bis Elfjährigen ihren Körper auf die Probe und lernten neue Bewegungen kennen. Besonders die unbekannte Sportart Judo fand großen Anklang bei den Kindern. Die beiden NWJV-Jugendstrecher Laura Karrenberg und Moritz Belmann vermittelten den Fünftklässlern die ersten Fallübungen und Techniken so, dass diese nach und nach ihre Angst verloren. Selbst einige Schüler, die vor-



her mit verschränkten Armen am Mattenrand standen, zeigten schnell Ehrgeiz, die Techniken ebenfalls zu lernen. Neben den Sportstationen wurden die Kinder an einer „Fruitbar“ mit Wasser und Früchten versorgt. Sie sollten dadurch lernen, dass auch Früchte ihnen die nötige Energie zum Sporttreiben geben können und nicht immer der Schokoriegel die beste Wahl ist. „Mir hat der Tag viel Spaß gemacht. Besonders Judo und die Station im Wald fand ich klasse“, erzählt Jonas bei der abschließenden Auswertung am Ende des Schultages. Bei dieser Auswertung wurde den Kindern zudem vermittelt, was Bewegung ist, was Bewegung bedeutet und welche Werte sie selber bei der Bewegung lernen können. „Ich wusste gar nicht, dass ich auch beim Sport viel lerne, was nicht mit Techniken zu tun hat“, gibt Andrea offen zu. Zum Schluss erhielt jedes Kind eine Urkunde, welche sie stolz ihren Eltern präsentierten. Nun können sie beim nächsten mal sofort beginnen, wenn ihr Trainer sagt: „So jetzt machen alle mal einen Purzelbaum.“

Moritz Belmann



## Aus Vereinen und Kreisen

### Vorbereitung auf den Rheinland-Cup

28 Judokas aus sechs Vereinen kamen zum Vorbereitungslehrgang auf den Rheinland-Cup mit Übernachtung im Dojo des ATV Hückeswagen - ein super Ergebnis!

Nach dem Eintreffen der Judokas ging es am Freitag Nachmittag erstmal in den Klettergarten der GHW in Hückeswagen. Dort angekommen, führte uns Lara zum Klettergarten und instruierte uns in der Handhabung der Kletterrouten und mit verschiedenen Sicherheitstipps. Nachdem sich alle mit mehr oder weniger Mühe in ein „Klettergeschirr“ gezwängt sowie ihren Helm aufgezogen hatten, machten wir einen kleinen Testdurchlauf. Dieser fand auf Bodenhöhe statt, doch er war Pflicht - Sicherheit geht vor! Im Anschluss durften wir endlich an die richtigen Parcours ran. So mancher jüngere Kampfsportler war mutiger als seine älteren Vereinskollegen. Es gab Waghalsige, Vorsichtige und Schnelle, aber alle hatten ihren Spaß, auch jenen, die eine Höhenangst zu überwinden hatten, schien es Freude zu bereiten auf den Hängebrettern, Seilen, Holzrollen und Triangeln herumzuturnen. Der gelungene erste Tag wurde mit gegrillten Leckereien und einer gekühlten Apfelschorle abgerundet, bevor das Nachtlager aufgeschlagen wurde.

Nach einem gemütlichen Frühstück startete die erste Trainingseinheit unter Leitung von Kreistrainer Marcel Markovic, dem Daniel Hiltemann assistierte. Nach einem gut zweistündigen Training mit dem Schwerpunkt auf praktischen Übungen zum Wettkampfvhalten und einer ausgedehnten Randorieinheit freuten sich alle Teilnehmer auf den anschließenden leichten Snack mit viel Obst und Nutella aus dem Glas. In der Pause mussten sich die Judokas einen unverkennbaren Schlachtruf für den Kreis Bergisch Land überlegen, der dann zu Beginn der zweiten Trainingseinheit vorgestellt

wurde, bevor Daniel Hiltemann seine akrobatischen Übungen demonstrierte und die Nachwuchsjudokas zum Animieren anregte.

Marcel Markovic lobte abschließend alle Teilnehmer für ihren Einsatz und großen Trainingseifer. Herzlich bedanken möchten wir uns beim ATV Hückeswagen, allen voran bei Marcel Kruszinski sowie bei übrigen Helfern am Grill, Umbi Alcamo sowie Barbara und Oliver Wenzel.

Nicole Alcamo



### Urgestein Glückmann für Engagement geehrt

Friedhelm Glückmann ist von seinem alten Verein Jugend-Club 71, der sich inzwischen in JC 71 umbenannte, auf der Jahreshauptversammlung zum Ehrenmitglied ernannt worden. Dabei bedankten sich die Mitglieder des Judoclubs für Glückmanns menschliche Wärme und seinen unermüdeten Einsatz für Kinder und Jugendliche. Glückmann gründete seiner Zeit folgende Judovereine und -abteilungen: SG Kaarst, Jugend-Club 71, Judofreunde 73, TuRa Büderich, TSV Urdenbach, SFD 1975, Polizei Sportverein. Zudem war er als Landesleistungsstützpunkttrainer tätig, als Düsseldorf mit den drei Bundesligavereinen Postsportverein, Jugend-Club 71 und JC Nippon in Deutschland eine Judohochburg war.



# Schulsportmeisterschaften Judo

Die Vereine sind ab sofort wieder aufgerufen, Kontakt mit den Schulen ihrer Umgebung aufzunehmen, in Zusammenarbeit mit den Schulen möglichst viele Schulsportmannschaften aufzustellen und diese zu den Bezirksauscheidungen zu schicken. Nachfolgend Auszüge aus den aktuellen Durchführungsbestimmungen. Die vollständigen Richtlinien und Ausschreibungen sind unter [www.nwJV.de](http://www.nwJV.de) (Ressorts/Schulsport/Meisterschaften/2010/2011) im Internet zu finden.

## Austragungsmodus

Im Judo werden auf Regierungsbereichs- und Landesebene Mannschaftswettbewerbe in den Wettkampfklassen II und III durchgeführt. Ein zusätzliches Wettkampfangebot besteht auf Stadt- bzw. Kreisebene. Das Wettkampfangebot auf Stadt- bzw. Kreisebene soll Schulsportmannschaften zusätzlich Wettkampfgelegenheit bieten und dient nicht als Qualifikation zur Landesmeisterschaft. Für die Wettkampfklasse I besteht eine Startmöglichkeit nur im Rahmen von Stadt-/Kreismeisterschaften.

Die Schulen melden ihre Mannschaften an die entsprechenden Ausschüsse für den Schulsport, und diese wiederum melden die Mannschaften an den ausrichtenden Ausschuss für den Schulsport innerhalb des jeweiligen Regierungsbezirks. Die gemeldeten Mannschaften können je nach Graduierung der Schülerinnen/Schüler in zwei Mannschaftsgruppen starten.

**Gruppe A:** Mannschaften, die aus Judokas mit 8. bis 1. Kyu und Dan-Grad (Weißgelb- bis Schwarzgurt) bestehen.

**Gruppe B:** Mannschaften, die nur aus Judokas mit 8. bis einschließlich 5. Kyu (Weißgelb- bis Orangegurt) bestehen.

Mannschaften der Gruppe A starten direkt auf Regierungsbereichsebene. Mannschaften der Gruppe B führen eine Vorrunde auf Regierungsbereichsebene durch. Die Sieger starten bei den Regierungsbezirksmeisterschaften in der Gruppe A. In der Regel findet die Vorrunde der Gruppe B am selben Tag wie die Kämpfe in der Gruppe A statt.

**Im November starten die Schulsportmeisterschaften für Mannschaften im Judo für das Schuljahr 2010/2011 mit den Bezirksauscheidungen. Das Landesfinale wird im Januar 2011 ausgetragen und das Bundesfinale „Jugend trainiert für Olympia“ findet vom 27. Februar bis 3. März 2011 in Schonach statt.**

Die Sieger der Regierungsbezirksmeisterschaften (WK II und III) qualifizieren sich für die Landesmeisterschaft.

Die Landessieger in der Wettkampfklasse III qualifizieren sich grundsätzlich für die Finalwettkämpfe des Bundeswettbewerbs der Schulen JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA.

Ersatzkämpfern/innen).

Auf der Waage wird das tatsächliche Gewicht ermittelt. Zu Wettkampfbeginn müssen mindestens drei Gewichtsklassen besetzt sein (auf Bundesebene mindestens vier). Der Start in der nächst höheren Gewichtsklasse ist zulässig.

## Startberechtigung / Betreuung der Mannschaften

Startberechtigt sind alle Schülerinnen/Schüler, die



# Jugend trainiert für Olympia



## Wettkampfklassen/ Gewichtsklassen

**Wettkampfklasse I**  
Jahrgänge 1991-1995  
(nur Stadt-/Kreismeisterschaften)  
weiblich: -52, -57, -63, -70, +70 kg  
männlich: -60, -65, -71, -78, +78 kg

**Wettkampfklasse II**  
Jahrgänge 1994-1997  
weiblich: -48, -52, -57, -63, +63 kg  
männlich: -50, -55, -60, -66, +66 kg

**Wettkampfklasse III**  
Jahrgänge 1996-1999  
weiblich: -44, -48, -52, -57, +57 kg  
männlich: -46, -50, -55, -60, +60 kg

## Ein Mindestgewicht ist nicht erforderlich!

Eine Mannschaft besteht aus maximal 8 Schülern/Schülerinnen (5 Wettkämpfern/Wettkämpferinnen und maximal 3

nachweislich mit Judopass oder Prüfungsurkunde den 8. Kyu (weißgelb) Judo des NWJV-NWDK (Nordrhein-Westfälisches Dan-Kollegium) besitzen. Der Judopass (oder Prüfungsurkunde) muss zum Wettkampf vorgelegt werden. Die verantwortlichen Lehrkräfte der Schulsportmannschaften haben bei allen Veranstaltungen des Landessportfestes der Schulen den Nachweis über die Identität der Teilnehmerinnen/Teilnehmer und ihre Zugehörigkeit zu der Schule, für die der Start erfolgt, zu erbringen.

## Wettkampfbestimmungen

Die Wettkampfzeit beträgt in der Wettkampfklasse II 4 Minuten und in der Wettkampfklasse III 3 Minuten. In der Wettkampfklasse II ist das Würgen und das Hebeln im Stand und am Boden erlaubt. In der Wettkampfklasse III ist allen das Würgen und das Hebeln verboten.

## Schulsportmeisterschaften für Mannschaften im Regierungsbezirk Arnsberg

**Datum:** Mittwoch, 8. Dezember 2010.

**Ort:** Friedrich-Ebert-Sporthalle, Weddinghofer Straße, 59174 Kamen.

**Zeit:** Waage 9.00 - 9.45 Uhr. Wettkampfbeginn 10.15 Uhr.

**Meldeschluss:** 19.11.2010.

## Schulsportmeisterschaften für Mannschaften im Regierungsbezirk Detmold

**Datum:** Mittwoch, 24. November 2010.

**Ort:** Königin-Mathilde-Gymnasium, Vlothoer Str. 1, 32049 Herford.

**Zeit:** Waage 9.00 - 10.00 Uhr. Wettkampfbeginn 10.15 Uhr.

**Meldeschluss:** 29.10.2010.

## Schulsportmeisterschaften für Mannschaften im Regierungsbezirk Düsseldorf

**Datum:** Dienstag, 7. Dezember 2010.

**Ort:** Judohalle der Sportschule Wedau, Friedrich-Alfred-Straße/Margaretenstraße, 47055 Duisburg.

**Zeit:** Waage 9.30 - 10.15 Uhr. Wettkampfbeginn 10.15 Uhr.

**Meldeschluss:** 12.11.2010.

## Schulsportmeisterschaften für Mannschaften im Regierungsbezirk Köln

Ausschreibung lag bei Drucklegung nicht vor.

## Schulsportmeisterschaften für Mannschaften im Regierungsbezirk Münster

Ausschreibung lag bei Drucklegung nicht vor.

## Judo der Behinderten

### Nationale Spiele der Special Olympics Deutschland in Bremen

Vom 16. bis 18. Juni 2010 fanden in Bremen die National Games der Special Olympics Deutschland statt. Hier alle Platzierungen der Judokas aus Nordrhein-Westfalen:

#### Leistungskategorie III weiblich

##### bis 38 kg:

1. Elisa Ziegler, Ratingen
2. Sarah Baltzer, Ratingen

##### bis 50 kg:

1. Zerah Tas, Ratingen

##### bis 58 kg:

2. Vanessa Skrypczak, Geldern

##### bis 63 kg:

2. Janina Paasen, Geldern
3. Julia Franke, Leverkusen
4. Uschi Schröjahn, Meschede

##### bis 75 kg:

1. Lena Prange, Geldern

#### Leistungskategorie III männlich

##### bis 60 kg:

4. Philipp Hornberger, Geldern

##### bis 62 kg:

3. Sven Wohlgemut, Meschede

##### bis 69 kg:

3. Markus Eckhart, Geldern

##### bis 71 kg:

3. Patrick Schulte, Meschede

##### bis 73 kg:

2. Marvin Haarhaus, Ratingen

##### bis 81 kg:

2. Arne Köhler, Leverkusen

##### über 90 kg:

1. Deniz Yolcu, Geldern

#### Leistungskategorie II weiblich

##### bis 55 kg:

6. Jessica Koch, Meschede

##### bis 60 kg:

2. Stefanie Mause, Meschede

##### bis 63 kg:

1. Kirstin Weyenberg, Geldern
3. Ute Strätner, Essen

##### bis 70 kg:

2. Julia Zimmermann, Essen
5. Pia Liesem, Meschede

##### bis 78 kg:

1. Anke Peter, Essen
2. Diana Steinhauer, Geldern
3. Ina Jeromin, Essen
5. Lena Prange, Geldern

#### Leistungskategorie II männlich

##### bis 45 kg:

2. Benedikt Kamp, Ratingen
3. Clemens Hellmanns, Geldern

##### bis 60 kg:

3. Birol Ugurcan, Leverkusen

##### bis 65 kg (Jugend):

2. Wolfram Willschrei, Essen
3. Marc David Müller, Leverkusen
4. Tim Bockrand, Geldern

##### bis 65 kg:

5. Valentin Freitag, Leverkusen
6. Benjamin Wulf, Meschede

##### bis 68 kg:

1. Lars Klauke, Meschede
3. Matthias Macher, Essen
4. Valerij Gosmann, Bonn

##### bis 72 kg:

2. Victor Gdwozok, Köln



##### bis 78 kg:

4. Alexander Scherf, Meschede

##### bis 83 kg:

1. Julian Braun, Meschede
5. Rolf Voss, Essen
6. Dietrich Luepke, Düsseldorf

##### bis 88 kg:

4. Sebastian Bergemann, Geldern

##### bis 93 kg:

4. Fabian Köner, Essen

##### bis 105 kg:

2. Kai Rehbein, Leverkusen

##### über 105 kg:

2. Deniz Yolcu, Geldern

### Kyu-Prüferlizenz und Erfahrungsaustausch

Die Sonderlizenz zur Berechtigung der Abnahme einer Kyu-Prüfung im Bereich G-Judo hat bereits seit 2008 nur noch die Gültigkeit von zwei Jahren, genau wie im nicht behinderten Bereich. Dieser Beschluss wurde auch bei der Delegiertenversammlung vom NWDK bestätigt. Dies hat zur Folge, dass in diesem Jahr viele Lizenzen auslaufen und die Vereine bzw. sozialen Einrichtungen, bei denen Judo für behinderte Menschen angeboten wird, ab dem nächsten Jahr ohne offiziell genehmigte Prüfer sind. Das NWDK bietet einen speziellen Lehrgang an, um Dan-Trägern die Möglichkeit zu geben, diese Sonderlizenz zu erlangen.

Am Samstag, 23. Oktober 2010, findet in der Judohalle des JC Langenfeld von 10.00 bis 18.00 Uhr ein Tageslehrgang zu diesem Thema statt. Zusätzlich dient dieser Lehrgang als allgemeiner Erfahrungsaustausch der Trainer und Prüfer für den kompletten

Bereich G-Judo.

Durch die Überarbeitung und Neufassung der Prüfungsordnung im Jahr 2009 ist der Lehrgang besonders interessant. Die aktuelle Version wurde durch ein bundesweites Fachgremium in Zusammenarbeit mit dem NWJV und dem BSNW erarbeitet. Vom DJB und DBS wurde diese Prüfungsordnung für das komplette Bundesgebiet mit Gültigkeit vom 1.1.2010 eingesetzt. Beim Lehrgang Ende Oktober werden alle Neuerungen angesprochen und auch praktische Übungen gemacht - Schreibzeug und Judogi sind erforderlich. Die Lehrgangskosten übernimmt der Verband, die Fahrkosten gehen zu Lasten der Teilnehmer. Anmeldungen, mit Name und Verein, schriftlich/per E-Mail an Dr. Wolfgang Janko oder an die Geschäftsstelle des NWJV (siehe nachfolgende Ausschreibung).

Jörg Wolter

### Ausschreibungen

#### Lehrgang zur Erlangung der Sonderlizenz „Kyu-Prüfer für Behinderte“ / Erfahrungsaustausch

Das Nordrhein-Westfälische Dan-Kollegium richtet nach der Fertigstellung der Kyu-Prüfungsordnung für Behinderte einen spezifisch ausgerichteten Judo-Lehrgang aus, um prüfungsberechtigten Dan-Trägern die Möglichkeit zu geben, eine Sonderlizenz zur Abnahme von Behinderten-Prüfungen zu erwerben.

**Ort:** Judo Club Langenfeld, Geschwister-Scholl-Str. 84, 40764 Langenfeld, Tel.: 0 21 73 / 2 45 37 oder 0 21 73 / 92 95 46.

**Datum:** Samstag, 23. Oktober 2010.

**Zeit:** 10.00 - 18.00 Uhr.

**Kosten:** Lehrgangskosten übernimmt das NWDK. Fahrtkosten gehen zu Lasten der Teilnehmer.

**Meldungen:** bis zum 16.10.2010 an den NWJV, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Tel.: 02 03 / 73 81 - 6 27 oder das NWDK, Schanzenheide 8, 45664 Gladbeck, Tel.:

#### Termine „Judo der Behinderten“

- |                     |  |
|---------------------|--|
| 10. - 12.09.2010    | Trainerassistent 1 in Hennef   |
| 12.09.2009          | Kader-Training in Leverkusen   |
| 18.09.2009          | Bagira-Turnier in Dülmen   |
| 24. - 26.09.2010    | Trainerassistent 2 in Hennef   |
| 02.10.2010          | Judoturnier Special Olympics NRW in Essen                                    |
| 23.10.2010          | Lehrgang zur Erlangung der Prüferlizenz in Langenfeld                        |
| 23.10.2010          | Kader-Training in Leverkusen   |
| 05. - 07.11.2010    | Lehrgang SV Frauen in Hennef   |
| 13.11.2010          | Kader-Training in Leverkusen   |
| 27.11.2010          | Deutsche Verbandsmannschaftsmeisterschaft G-Judo in Mellendorf/Niedersachsen |
| 29.11. - 03.12.2010 | Internationaler Judolehrgang in Hennef                                       |
| 11.12.2010          | Kader-Training in Bocholt  |



## Leistungskategorie I weiblich

### bis 63 kg:

2. Felicitas Boateng, Leverkusen
3. Angélique Kocken, Geldern

### über 78 kg:

3. Katrin Schermer, Bonn

## Leistungskategorie I männlich

### bis 60 kg:

3. Dennis Hoehler, Ratingen
4. Sven Gregor, Geldern

### bis 66 kg:

4. Pascal Weber, Bonn

### bis 71 kg:

2. Alexander Kolb, Meschede
3. Günter Kolb, Meschede
4. Eugen Hamm, Bonn

### bis 78 kg:

6. Patrick Tillmanns, Geldern

### bis 85 kg:

3. Markus Hülshorst, Essen

### bis 93 kg:

2. Jürgen Hundemer, Meschede
4. Sascha Piegeler, Bonn

0 20 43 / 6 12 01 oder Wolfgang Janko, Doornbeckeweg 32, 48161 Münster, Tel.: 02 51 / 1 44 71 11, Fax: 02 51 / 1 44 71 12, E-Mail: Wolfgang.Janko@t-online.de

## Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Menschen mit einer Behinderung

Der Nordrhein-Westfälischen Judo-Verband veranstaltet in Zusammenarbeit mit dem Behindertensportverband NRW einen Selbstverteidigungs-/Selbstbehauptungslehrgang für Menschen mit einer geistigen Behinderung

**Ort:** Sportschule Hennef.

**Datum:** Freitag, 5. November 2010, 17.00 Uhr bis Sonntag, 7. November 2010, 12.00 Uhr.

**Meldungen:** bis zum 25.10.2010 an den BSNW, Friedrich-Alfred-Str. 10, 47055 Duisburg, Tel.: 02 03 / 71 74 - 1 57 oder den NWJV, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Tel.: 02 03 / 73 81 - 6 27 oder Wolfgang Janko, Doornbeckeweg 32, 48161 Münster, Tel.: 02 51 / 1 44 71 11, Fax: 02 51 / 1 44 71 12, E-Mail: Wolfgang.Janko@t-online.de

## Breitensport



## Frauensportwochen 2010 sind gestartet

- Aktionswochen dauern bis in den September hinein
- NWJV berichtet über Judo-Vereine, die sich an den Aktionswochen beteiligen und startet vom 15. August bis 30. September die Judo-Pass-Aktion für Mädchen und Frauen
- Die vierten FrauenSportWochen des DOSB - dabei sein ist alles!

Unter dem Motto „Frauen gewinnen“ ruft der DOSB die Sportvereine auch in 2010 auf, bei den FrauenSportWochen mitzumachen und vor Ort Schnupperkurse für Mädchen und Frauen auszurichten. Der Aktionszeitraum reicht von 15. Mai bis Ende September 2010! Je vielseitiger und breiter die Angebote sind, desto eher können Frauen und Mädchen - ob jung oder älter, geübt oder ungeübt, ihren Interessen und ihrem Können entsprechend - die Angebote aussuchen, die zu ihnen passen und ihnen wirklich Spaß machen.

Mit diesen Aktionen können Vereine besonders die Frauen und Mädchen erreichen, die noch nicht oder länger nicht aktiv waren und die in den meisten Vereinen eher selten als Mitglieder zu finden sind: z.B. (junge) Mütter aber auch ältere Frauen und Mädchen aus sozial benachteiligten Gruppen wie zum Beispiel Migrantinnen. Die Schnupperangebote der Vereine sollten gerade sie für mehr Bewegung und Gesundheit motivieren und ihnen zeigen, wie viel Spaß und Freude beim gemeinsamen Sporttreiben im Verein möglich ist.

Interessierte Vereine können beim DOSB abrufen:

- Der Leitfaden („DOSB / Frauen gewinnen! Für Bewegung und Gesundheit. Frauen

SportWochen vor Ort“) mit Ideen zur Durchführung: Bitte per E-Mail bei Ingrid Neuhaus (neuhaus@dosb.de) bestellen. - Der Flyer: Der Flyer wird in diesem Jahr nur als pdf zur Verfügung gestellt. Sportvereine können ihr Programm auf die Rückseite drucken (Download unter [www.dosb.de/fileadmin/Bilder\\_allgemein/Veranstaltungen/FrauenSportWochen/Flyer-FSW2010-ohne\\_Schnittmarken-final.pdf](http://www.dosb.de/fileadmin/Bilder_allgemein/Veranstaltungen/FrauenSportWochen/Flyer-FSW2010-ohne_Schnittmarken-final.pdf))

Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an Ingrid Neuhaus, Tel.: 0 69 / 67 00 - 2 73).

### Der Wettbewerb

Der Deutsche Olympische Sportbund schreibt einen Wettbewerb aus, mit dem die FrauenSportWochen 2010 dokumentiert werden. Teilnehmen können Vereine und Einzelpersonen. Der Wettbewerb findet in zwei Kategorien statt:



- Beste Fotos
- Beste Presseveröffentlichungen (Printmedien oder Internet)

### Preise (je Kategorie)

1. Platz: 300,00 €
2. Platz: 200,00 €
3. Platz: 150,00 €

### Mitmachen!

- Fotografieren Sie Frauen und Mädchen beim Sport, bringen Sie den Sportverein mit den FrauenSportWochen in die Zeitung oder stellen Sie einen Artikel ins Internet.
- Senden Sie die Fotos oder Presseveröffentlichungen bitte digital an den DOSB (Ingrid Neuhaus: neuhaus@dosb.de).
- Einsendeschluss: 15. Oktober 2010



### Bitte beachten!

- Mit der Teilnahme am Wettbewerb erklären Sie sich damit einverstanden, dass Sie Ihre Fotos dem DOSB für die Öffentlichkeits- und Pressearbeit (u. a. Internet, Printmedien) zur Verfügung stellen.
- Jeder Verein / jede Person kann nur innerhalb einer Kategorie prämiert werden.
- Die Preisträgerinnen und Preisträger werden im November informiert. Die Fotos und Presseveröffentlichungen werden auf der Homepage des DOSB bekannt gegeben und im Dezember beim „Open Meeting“ vor der Mitgliederversammlung des DOSB 2010 präsentiert.
- Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

## Judo-Pass-Aktion

für Mädchen und Frauen im Zeitraum vom 15. August bis 30. September 2010

Der NWJV unterstützt die Frauensportaktionswochen wieder mit einer **Judo-Pass-Aktion**. Sollten in dem Zeitraum vom 15. August bis 30. September 2010 Mädchen

und/oder Frauen neu für den Judosport gewonnen werden, bekommt der Verein für die Neu-Mitglieder einen Judo-Pass mit gültiger Jahressichtmarke umsonst. Die Anträge für die

Ausstellung eines Judopasses müssen bis **spätestens zum 10. Oktober 2010** in der Geschäftsstelle des NWJV eingehen.

Folgende Voraussetzungen müssen die Vereine dem Antrag beilegen: Aufnahmeantrag des Neumitgliedes in Kopie, Passbild und ausgefüllten Fragebogen (siehe unten).

## Qualifizierung

Nachdem die TR C-Ausbildungen Breitensport in diesem Jahr sehr gut belegt und mittlerweile allesamt auch ausgebucht sind, ist es sehr erfreulich zu sehen, dass auch die Fortbildungsveranstaltungen im Lizenzverlängerungs- sowie im Breitensportbereich sehr guten Anklang finden.

Nachfolgend berichten verschiedene Lehrgangsteilnehmer über den Verlauf eines Tageslehrgangs und zweier Trainer C-Kompaktausbildungen Breitensport.

### Lizenzverlängerung in Buderich

Mit knapp 40 Teilnehmern war der Lehrgang sehr gut besucht. Die Referentinnen Claire Bazynski und Pia Unrath eröffneten um 10.00 Uhr den Lehrgang und begrüßten die Teilnehmer. Bis zum Mittag standen die Themen Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten durch ausgewählte Beispiele und Lösen verschiedener Situationen im Stand und am Boden an. Nach dem Mittag wurden die Themen Aufwärmen mit Zweikampfspielen, Übergänge vom Stand in die Bodenlage und Formen des Randori durchgenommen. Zum Abschluss fanden dann die Entspannung und das Abschlussgespräch statt. Allen Teilnehmern hat der Lehrgang sehr gut gefallen und wir bedanken uns an dieser Stelle bei den Referentinnen Claire Bazynski und Pia Unrath, die den Lehrgang wirklich interessant gestaltet haben.

Text und Foto: Thomas Fischer

### Trainer C - Modulausbildung Breitensport

Am letzten Juni-Wochenende fand die Prüfung zum Trainer C - Breitensport statt, die von den Teilnehmern der Modulausbildung erfolgreich absolviert wurde. Die Ausbildung fand von Februar bis Juni an sechs Wochenenden statt, an denen eine bunt gemischte Gruppe aus 16- bis 50-jährigen Judokas zusammen traf. Dabei

### Auswertung / Fragebogen „Frauensport-Aktionswochen“

Geschlecht: ( ) weiblich

Alter (in Jahren):

( ) 0-10 ( ) 11-15 ( ) 16-20 ( ) 21-30 ( ) 31-40 ( ) 41-50 ( ) >51

Wie haben Sie die Sportart Judo kennen gelernt?

- ( ) Aktionstag, Werbeveranstaltung des Vereins o. ä.
- ( ) Aktionstag, Werbeveranstaltung der Stadt/anderer Anbieter
- ( ) eigene Kinder, die Judo betreiben
- ( ) Freunde, Bekannte
- ( ) Medien (Zeitung, Fernsehen o. ä.)
- ( ) Internet
- ( ) Sonstiges

Was hat Ihnen dabei besonders gefallen?

- ( ) Bewegung/Motorik
- ( ) Üben mit dem Partner
- ( ) Kameradschaft in der Gruppe
- ( ) Philosophie des Judo
- ( ) Ansprache/Auftreten des Trainers
- ( ) Sonstiges

Ich fühle mich körperlich:

- ( ) sehr fit
- ( ) fit
- ( ) gar nicht fit

Mit meinem Eintritt in den Judo-Verein erwarte ich vor allem:

- ( ) Verbesserung der eigenen Fitness
- ( ) Spaß und Freude an der Bewegung
- ( ) Stärke der Psyche und des Selbstvertrauens
- ( ) neue soziale Kontakte
- ( ) neue Aufgaben, wenn ja, welche \_\_\_\_\_
- ( ) Sonstiges

Bei folgendem Grund würde ich mit Judo aufhören:

Ich wünsche mir und dem Judo:

---



---



---



---





Lizenzverlängerung in Buderich

waren die Ziele und Voraussetzungen der Teilnehmer breit verteilt, so dass zum einen erfahrene „alte Hasen“ auch endlich die offizielle Lizenz erlangen wollten, während andere innerhalb der Ausbildungszeit noch die Gürtelprüfung zum 1. Kyu ablegten.

Anders als bei der Kompaktausbildung hatten die Teilnehmer der Modulausbildung die Gelegenheit, die manchmal etwas trockene Theorie auch mal ein paar Tage sacken zu lassen und neue Methoden im heimischen Vereinstraining auszuprobieren. So trafen sich die Teilnehmer im Monatsabstand jeweils freitags um 18.00 Uhr auf der Matte, um sich bis Samstagabend mit didaktischen und technischen Aspekten des Judo in Theorie und Praxis auseinanderzusetzen. Manche hatten dabei auch mal mit ihren

koordinativen Fähigkeiten beim Turnen zu kämpfen und durften den Situationsdruck bei den

Lehrproben selbst spüren. Dass an jedem Wochenende unterschiedliche Referenten

anwesend waren, war vor allem für die methodische Vielfalt bereichernd, mit der die Gruppe begleitet wurde und trug zudem dazu bei, Techniken und Konzepte von verschiedenen Standpunkten aus sehen zu lernen. Aber nicht nur vom Wissen der Referenten, sondern auch von der Expertise der anderen Lehrgangsteilnehmer konnte profitiert werden, so dass sich bestimmt jeder noch lange an die „Gurke“ erinnern wird. Durch die Lehrproben erhielten alle ein ausführliches Feedback von den Referenten und den anderen Lehrgangsteilnehmern zum eigenen Trainingsstil, was von allen gerne angenommen wurde, da sich eine solche



Trainer C - Modulausbildung Breitensport in Duisburg



## Neue DAX-Wettkampf-Judogi

DAX-SPORTS • Max-Brod-Strasse 3 • D-90471 Nürnberg • phone +49 911 988 15 0 • info@dax-sports.de • www.dax-sports.de

### DAX-Wettkampf-Judogi

Neue Schnitte, verbesserte Passform und neue Stoffe!  
Angebote für Wettkampfteams und Auswahlmannschaften auf Anfrage  
Info unter: dietmar.nowak@dax-sports.de

DAX-Wettkampf-Judogi von Olympiasiegern, Weltmeistern und Top Teams getragen!

[www.dax-sports.de](http://www.dax-sports.de)

Gelegenheit im eigenen Verein höchst selten bietet.

Vom obligatorischen Gang in den Sportlertreff am Freitagabend ließen sich die meisten auch am Prüfungsvortrag nicht abhalten - im Kopf bleibt dabei sicher eine Mars-Bestellung, da statt des gewünschten Schokoriegels plötzlich ein Maß, also ein Liter-Krug Bier, geliefert wurde.

Dass es bei der schriftlichen Prüfung am nächsten Tag zu kleinen Ausrutschern kam, war auch nicht weiter schlimm und trug zur Erheiterung der Prüfer bei. So wurde beispielsweise aus der gefragten „variablen Verfügbarkeit“ durch den Zeitdruck eine „virtuelle Verfügbarkeit“.

Am letzten gemeinsamen Abend war die Freude und Erleichterung natürlich groß - nicht nur ob der bestandenen Prüfung, sondern auch darüber, dass es statt der üblichen „Fleischlappen mit brauner Soße“ Würstchen und Steaks vom Grill gab. Bei (selbstverständlich alkoholfreiem) Weizen und von der Sportschule gestifteter Cola wurden die Eindrücke der vergangenen Monate bei der Abschlussbesprechung gesammelt und es waren sich alle einig, dass die zeitliche Investition in die Ausbildung sich in jedem Fall mehr als gelohnt hat. Insgesamt gab es sehr viel zu Lachen und zu lernen und dafür möchten wir uns ganz herzlich bei den Referenten Pia, Sven, Yamina, Henning, Jenny, Frank, Christoph und Andreas bedanken!

**Text: Alexandra Pieczykolan**  
**Foto: Frank Böcker**

Der NWJV gratuliert nachfolgend aufgeführten Judokas ganz herzlich zur bestandenen TR C - Ausbildung:

Andrea Ahlfeld (VfL Kamen)  
Folker Banik (Kodokan Köln)  
Wilfried Blaak (TuS Iserlohn)  
Frank Böcker (Dortmunder BSV)  
Hermann Esatz (TSC Eintr. Dortmund)  
Tim Gosewinkel (PSV Duisburg)  
Aaron Hildebrand (PSV Duisburg)  
Jörg Lankes (JC Haltern)  
Gerd Leson (JC Kolping Bocholt)  
Hans-Jürgen Martens (JC Haltern)  
Tobias Martens (JC Haltern)  
Lars Milk (Dortmunder Budo SV)  
Christian Möller (TuS Iserlohn)  
Katharina Neumann (VfL Gevelsb.)  
Aleksandra Pieczykolan (1. God. JC)  
Sascha Rarkowski (Castroper TV)  
Vanessa Richter (JC 71 Düsseldorf)  
Carin Schröter (JC 71 Düsseldorf)

Kathrin Ritter (Judoka Wattenscheid)  
Kevin Schneider (JC 71 Düsseldorf)  
Frank Stengert (VfL Gevelsberg)  
Ines Tränker (TuS Wesseling)  
Wiebke Viebahn (1. Walsumer JC)  
Anastasia Steiger (TuRa Buderich)  
Niklas Wischniewski (PSV Duisburg)  
Andreas Witzmann (SC Wuppertal)  
Oliver Zabel (1. JC Mönchengladb.)  
Peter Zobel (TuS Iserlohn)

Trainer C - Kompaktausbildung  
Breitensport A in Hennef

## Far Far Away?

Eine Gruppe hochmotivierter und talentierter Judokas reiste zu Beginn der Sommerferien in die Sportschule Hennef zum Trainer C - Lehrgang Breitensport an. Noch ahnte keiner, wie anstrengend die nächsten neun Tage werden würden, doch nachdem der Lehrgangplan ausgeteilt wurde, kippten fast alle Teilnehmer rückwärts vom Stuhl ... Gleich darauf ging es auch schon mit der ersten Einheit los. Trotz der äußerst begabten Referenten stellte sich schnell heraus, dass JEDE Trainingseinheit mit dem sehr beliebten Spruch: „Na dann, alle durcheinander laufen!“ begann.

Bereits nach zwei Tagen bestätigten sich die bösen Vorahnungen der Teilnehmer und die Halle konnte nur noch kriechend verlassen werden. Um die Halle wieder gehend betreten zu können, stärkten wir uns drei Mal täglich an dem sehr umfangreichen und leckeren Buffet, was unsere Referenten Frank und Henning dazu bewegte, mindestens

4,5 kg zuzunehmen. Diesen SCHWEREN Vorteil nutzten sie beim Randori tatkräftig aus. Trotz durchgelegener Matratzen erschienen alle Teilnehmer jeden Morgen überpünktlich zum Training und lernten dabei viel über Methodik und Didaktik. Hierbei konnte jeder etwas lernen und neue Erfahrungen für das Training im eigenen Verein sammeln. Durch die Lehrproben konnte außerdem jeder sein Können als Trainer unter Beweis stellen. Unter den strengen Blicken, Grimassen und Geräuschen der Referenten meisterte jeder Einzelne seine Lehrprobe mit Bravour. Nach einer Expedition in den kanadischen Wald und einer Klopperei, auch Randori genannt, sowie den Entspannungseinheiten konnte den Teilnehmern ein Lächeln entlockt werden und der Abend mit viel Spaß in Conny's Bistro ausklingen. Einige der angehenden Trainer konnten selbst am letzten Abend nicht gebremst werden und machten trotz Müdigkeit eine freiwillige Randorieinheit unter der die Referenten leiden mussten. Dennoch haben Henning und Frank das Dojo erhobenen Hauptes verlassen.

Am Sonntag war dann der Tag der Wahrheit. Am Morgen war die eineinhalbstündige Theorieprüfung zu meistern. Vor der Ergebnisverkündung mussten die Referenten in sich kehren, um anschließend alle bestehen zu lassen. Jetzt stand noch der praktische Teil auf dem Tagesplan. Wie erhofft, schafften auch diesen alle. Mit

Tränen in den Augen lagen wir uns zum Abschied in den Armen und gingen als neu gekörnte Trainer C nach Hause. Wir danken euch, Frank und Henning, für die hammer mega tollen Tage!

**Text: Anna Borrmann, Nina Grabowski, Vanessa Kopperberg und Katrin Leimgardt**  
**Foto: Yamina Bouchibane**

Der NWJV gratuliert nachfolgend aufgeführten Judokas ganz herzlich zur bestandenen TR C - Ausbildung:

Anna Borrmann (JC Wermelskirchen)  
Sean-Philip Baltzer (Sam. Schwelm)  
Mark Edler (SC Borchon)  
Robin Freitag (VfL Gevelsberg)  
Fabian Friedrich (TV Friesen Telgte)  
Nina Grabowski (BC Kamp-Lintfort)  
Felix Hoffmann (Beuler JC)  
Nathalie Hopp (VfL Wesseling)  
Christian Hoven (JJC Düsseldorf)  
Tobias Kannler (VfL Gevelsberg)  
Achim Knust (SC GW Paderborn)  
Axel Koch (TSF Krahwinkel Breidt)  
Vanessa Koppenberg (JC Wermelsk.)  
Jessica Kurth (Burscheider TG)  
Markus Leifeld (SC Borchon)  
Katrin Leimgardt (JC Wermelsk.)  
Ramon Linde (Post-Telekom Aachen)  
Maik Masiello (Sam. Schwelm-Enn.)  
Marcel Milz (1. Walsumer JC)  
Andreas Morszek (Sam. Schwelm)  
Marco Orts (1. Walsumer JC)  
Diana Pietrucha (Post-Tel. Aachen)  
Birgit Riehl (TSF Krahwinkel Br.)  
Karolin Ritter (Judoka Wattenscheid)  
Johanna Rolf (JC Beckum)  
Dominik Rosch (TuS Wesseling)  
Dominik Schultes (1. Godesberg. JC)  
Paul Seeliger (PTSV Aachen)  
Frank Skibbe (JC DJK Essen-Frintr.)  
Lorenz Sparrenberg (PSV Aachen)  
Martin Steffens (SC GW Paderborn)  
Thorsten Tuchen (SC Borchon)  
Christian Wernicke (Yamato Hürth)  
Wilfried Wittkuhn (JC DJK Essen-Fr.)  
Kai Zimmermann (Burscheider TG)



Trainer C - Kompaktausbildung Breitensport A in Hennef



# Aus- und Fortbildungen

## Ausbildungen

### LG 26/10

#### Trainerassistentenausbildung B

**Ort:** Hennef.  
**Termin:** 18.- 21. Oktober 2010.  
**Zeit:** Anreise: 18.10. bis 9.30 Uhr. Abreise: 21.10. gegen 11.30 Uhr.  
**Inhalte:** siehe LG 25/10.  
**Referenten:** Jennifer Goldschmidt, Andreas Kleegräfe, Rajan Turck und Yamina Bouchibane.  
**Zielgruppe:** Jugendliche Judokas, die als Helfer im Trainingsbetrieb eingesetzt werden (sollen) und an einer (späteren) Trainertätigkeit interessiert sind.  
**Umfang:** 30 LE.  
**Kosten:** 120,00 €.  
**Anmeldung:** möglichst umgehend, bis spätestens 13.9.2010.

### LG 40/10

#### TR C - Lizenzkurs Leistungssport

**Ort:** Duisburg.  
**Termin:** 29. Oktober bis 1. November 2010.  
**Zeit:** Anreise: Freitag bis 17.30 Uhr. Abreise: Montag gegen 15.00 Uhr.  
**Inhalte:** Qualifizierung und Befähigung zur Gestaltung eines zielgerichteten Aufbautrainings auf der Grundlage der Rahmenkonzeptionen für Training und Wettkämpfe im Kinder- und Jugendtraining.  
**Referenten:** Frank-Michael Günther, Oliver Rychter und/oder Steffen Krüger.  
**Zielgruppe:** Lizenzierte Trainer C - Breitensport.  
**Umfang:** 15 LE.  
**Voraussetzungen:** gültige TR C - Lizenz Breitensport, gültiger Judo-Pass, Anmeldung über den Verein.

**Kosten:** 130,00 €.  
**Anmeldung:** möglichst umgehend, bis spätestens zum 15.9.2010.

## Kampfrichterlehrgänge

### LG 38/10

#### Landesoffener Kampfrichterlehrgang für TR C - Lizenz- und Dan-Anwärter

**Ort:** Kleine Turnhalle Hans-Ehrenberg-Gymnasium, Elbeallee 75, 33689 Bielefeld-Sennestadt.  
**Datum:** Sonntag, 31. Oktober 2010.  
**Zeit:** 9.00 - 17.00 Uhr.  
**Inhalte:** Wettkampf- und Bewertungssysteme, Kampfregeln, Bewertung von Techniken, Verletzungen, Wettkampfordnung und Trainerverhalten.  
**Referenten:** Michael Janke und Ben Vergunst.  
**Zielgruppe:** Interessierte Judokas ab 16 Jahren, TR C - Lizenz- und Dan-Anwärter.  
**Umfang:** 8 LE.  
**Voraussetzungen:** Gültiger Judo-Pass (ist beim Lehrgang vorzuzeigen), Mindestgraduirung 2. Kyu, Anmeldung auf dem offiziellen Anmeldeformu-

lar (mit Vereinsstempel!).  
**Kosten:** 5,00 € (Barzahlung vor Ort).  
**Anmeldung:** bis spätestens zum 27.9.10 an Ben Vergunst, Jauerstr. 15, 33605 Bielefeld.  
**Mitzubringen sind:** Judopass, Judogi, Schreibzeug, Regelwerk (NWJV-Homepage), Verpflegung.  
**Wegbeschreibung:** A 2 Abfahrt Bielefeld-Sennestadt, rechts Richtung Bielefeld-Sennestadt, nach 1,2 km rechts Richtung Sennestadt, sofort links über die Brücke (Ramsbockring), nach 800 m links, nach 100 m wieder links (Elbeallee), nach 20 m rechts auf den Parkplatz, hinten rechts Schild Sporthalle.

### LG 39/10

#### Landesoffener Kampfrichterlehrgang für TR C - Lizenz- und Dan-Anwärter

**Ort:** Langenfeld.  
**Datum:** Montag, 1. November 2010 (Allerheiligen).  
**Zeit:** 9.00 - 17.00 Uhr.  
**Inhalte:** Wettkampf- und Bewertungssysteme, Wettkampfordnung, Kampfregeln, Bewertung von Techniken

#### Lehrgangsanmeldungen an:

Nordrhein-Westfälischer Judo-Verband e.V., Angela Andree, Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24

## Anmeldeschein für Lehrgang Nr. \_\_\_\_\_ / 2010

Name: ..... Vorname: .....

Straße: ..... PLZ/Wohnort: .....

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

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

Die Teilnehmergebühr bezahle ich per Bankeinzug - bitte abbuchen von

Konto-Nr.: .....

BLZ: .....

Bankinstitut: .....

Kontoinhaber: .....

**Lehrgangsanmeldungen ohne Vereinsstempel können nicht angenommen werden!**

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

.....  
 Datum / Unterschrift (bei Minderjährigen der/s Erziehungsberechtigten)

.....  
 Stempel und Unterschrift des Vereins

(Winkelrichtungen!), Verhalten vom TR am Mattenrand, Vorbereitung auf den 1. Kampf, Aufwärmübungen, Verletzungen (Arzt, Sanitär). Das Kampfrichterregelwerk (Internet NWJV) sowie Schreibzeug sind von jedem Teilnehmer mitzubringen.

**Referenten:** Dieter Bruns und Panajotis Papadopoulos.  
**Zielgruppe:** TR C - Lizenz- und Dan-Anwärter sowie Judokas, die sich für das Kampfrichtertum interessieren.

**Umfang:** 8 LE.

**Voraussetzungen:** Gültiger Judo-Pass, Anmeldung mit dem offiziellen Anmeldeformular (Unterschrift und Stempel des Vereins), Mindestgraduierung 2. Kyu.

**Kosten:** 5,00 € (sind vor Ort in bar zu bezahlen, Verpflegung ist selbst mitzubringen).

**Anmeldung:** bis spätestens 26.10.2010.

## Fortbildungen

### LG 08/10

#### TR C - Lizenzverlängerung Leistungs-/Breitensport

**Ort:** Paderborn.

**Datum:** Sonntag, 19. September 2010.

**Zeit:** 10.00 - 19.00 Uhr.

**Inhalte:** Koordinationstraining nach dem KAR-Modell (Neumaier 1999) mit ausgewählten Übungen aus der Judo-Praxis, klassische Wurftechniken aus dem Ärmel-Revers-Griff, Griffvarianten und Lösungsmöglichkeiten.

**Referenten:** Karsten Flormann und Swen Collas.

**Zielgruppe:** Lizenzierte Trainer C sowie sonstige interessierte Judokas mit Vorkenntnissen.

**Umfang:** 10 LE.

**Voraussetzungen:** TR C - Lizenz bzw. ausreichend Vorkenntnissen (2. Kyu), gültiger Judo-Pass, schriftliche Anmeldung über den Verein.

**Kosten:** 30,00 €.

**Anmeldung:** bis spätestens 6.9.2010.

### LG 09/10

#### TR C - Lizenzverlängerung Breitensport

**Ort:** Köln-Worringen.

**Datum:** Samstag, 2. Oktober 2010.

**Zeit:** 10.00 - 16.30 Uhr.

**Inhalte:** Ausgewählte Spiel- und Übungsformen für das Training mit Kindern und Jugendlichen unter Berücksichtigung der Entwicklungsphasen; Erweiterung des Handlungspotenzials im Stand und am Boden.

**Referenten:** Ulla Ließmann und Markus Wirth.

**Zielgruppe:** Lizenzierte Trainer C sowie sonstige interessierte Judokas mit Vorkenntnissen.

**Umfang:** 7,5 LE.

**Voraussetzungen:** TR C - Lizenz bzw. ausreichend Vorkenntnisse (2. Kyu), gültiger Judo-Pass, schriftliche Anmeldung über den Verein.

**Kosten:** 25,00 €.

**Anmeldung:** bis spätestens 20.9.2010.

### LG 10/10

#### TR C - Lizenzverlängerung Leistungssport

**Ort:** Essen.

**Datum:** Samstag, 6. November 2010.

**Zeit:** 14.00 - 18.30 Uhr.

**Inhalte:** Klassische Wurftechniken aus dem Ärmel-Revers-Griff, Griffvarianten, Übergang Stand - Boden.

**Referent:** Walter Trapp.

**Zielgruppe:** Lizenzierte Trainer C sowie sonstige interessierte Judokas.

**Umfang:** 5 LE.

**Voraussetzungen:** TR C - Lizenz bzw. ausreichend Vorkenntnisse (2. Kyu), gültiger Judo-Pass, schriftliche Anmeldung über den Verein.

**Kosten:** 20,00 €.

**Anmeldung:** bis spätestens 25.10.2010.

### LG 56/10

#### Aktionstag „Judo-Breitensport“

**Ort:** Hilden.

**Datum:** Samstag, 25. September 2010.

**Zeit:** 10.00 - 17.00 Uhr.

**Inhalte:** „Judo spielerisch erleben“ - gemäß dem Motto „spielen, raufen und kämpfen auf der Matte“ sollen die teilnehmenden Kinder und Jugendlichen einen erlebnisreichen Judotag verbringen.

**Referenten:** Yamina Bouchibane und Pia Unrath.

**Zielgruppe:** Alle am Judo sport interessierten Judokas ab 8 Jahren und ab dem 7. Kyu. Bei der Anmeldung ist unbedingt das Alter und der Kyu-Grad anzugeben.

**Umfang:** 7,5 LE.

**Voraussetzungen:** gültiger Judo-Pass, Anmeldung über den Verein.

**Kosten:** 15,00 €.

**Anmeldung:** bis spätestens 13.9.2010.

### LG 57/10

#### Fortbildung „Gesundheitsorientiertes Krafttraining“

**Ort:** Solingen.

**Datum:** Samstag, 25. September 2010.

**Zeit:** 14.00 - 18.30 Uhr.

**Inhalte:** Differenziertes Krafttraining für den Judoka unter präventiven Aspekten - Einführung in die Thematik, Problematik und Methodik.

**Referenten:** Dirk Mähler und Markus Temming.

**Zielgruppe:** Interessierte Judokas - mit und ohne Lizenz. Für den Trainer genauso geeignet wie für den Judoka selbst.

**Umfang:** 5 LE.

**Voraussetzungen:** Gültiger Judopass, Anmeldung über einen dem NWJV angeschlossenen Judo-Verein.

**Kosten:** 25,00 € (inkl. Kraft-DVD).

**Anmeldung:** bis spätestens 13.9.2010.

### Qualifizierung 2011

In der nebenstehenden Übersicht sind die Trainer C-Ausbildungen Breitensport im Jahr 2011 veröffentlicht. Hierzu zählen die Trainerassistentenausbildungen, die Grundausbildungen und die Trainer C-Ausbildungen Breitensport (diese wird sowohl als Modul als auch als Kompaktausbildung angeboten).

Die Veröffentlichung der Fortbildungslehrgänge in den Bereichen Leistungs- und Breitensport sowie sonstige Aktionen erfolgt in der „budoka“-Ausgabe 10/2010.

Für Ausbildungen 2011 ist eine Anmeldung ab sofort möglich.

### LG 58/10

#### „Judo spielend lernen“ - Programm für 5- bis 7-Jährige

**Ort:** Jülich.

**Datum:** Samstag, 2. Oktober 2010.

**Zeit:** 10.00 - 16.30 Uhr.

**Inhalte:** Vorstellung des Programms „Judo spielend lernen für 5- bis 7-jährige“. Insbesondere bei den Vorschulkindern ist die Schulung der motorischen Fertigkeiten ein wesentlicher Inhalt im (Judo) Training. Das hier vorliegende Programm versucht unter pädagogischen Perspektiven dem Trainer Anregungen, Tipps und Umsetzungsmöglichkeiten aufzuzeigen, um ein altersgerechtes Bewegungsangebot für diese Zielgruppe anzubieten.

**Referenten:** Dagmar Kuhl und Ralf-Henning Schäfer.

**Zielgruppe:** Interessierte Judokas mit und ohne Lizenz, die insbesondere im Bereich der Vorschulkinder tätig sind bzw. es werden möchten.

**Umfang:** 7,5 LE.

**Voraussetzungen:** Judokas mit Vorkenntnissen, gültiger Judo-Pass, schriftliche Anmeldung über den Verein.

**Kosten:** 25,00 €.

**Anmeldung:** bis spätestens 20.9.2010.



Nordrhein-Westfälischer Judo-Verband e. V.

## Ausbildungen 2011

Lehrgangs-Nr.	Titel	Termin	Ort	Gebühr
LG 20/11* **	Grundausbildung A - Teil I + Teil II	15.-16.01. + 12.-13.02.2011	Ibbenbüren	100,00 €
LG 21/11**	Grundausbildung B - Teil I + Teil II	21.-22.01. + 04.-05.02.2011	Duisburg	150,00 €
LG 22/11**	Grundausbildung C - Teil I + Teil II	28.-29.05. + 09.-10.07.2011	Duisburg	150,00 €
LG 23/11**	Grundausbildung D - Teil I + Teil II	07.-08.10. + 14.-15.10.2011	Duisburg	150,00 €
LG 25/11	Trainerassistentenausbildung A	18.-21.04.2011	Hennef	120,00 €
LG 26/11	Trainerassistentenausbildung B	24.-27.10.2011	Hennef	120,00 €
	Trainerassistentenausbildung mit Bezirksskaderathleten	Osterferien (TN/innen werden nominiert)	vier Bezirke	n. n.
LG 30/11	Trainer C - Modulausbildung Breitensport - Teil I bis VI	25.-26.02., 18.-19.03., 01.-02.04., 06.-07.05., 20.-21.05. und 17.-18.06.2011	Duisburg	375,00 € (65,00 € p. WE)
LG 31/11	Trainer C - Kompaktausbildung Breitensport A	23.07.-31.07.2011	Hennef	375,00 €
LG 32/11	Trainer C - Kompaktausbildung Breitensport B	27.08.-04.09.2011	Hamm	375,00 €
LG 33/11	Trainer C - Kompaktausbildung Breitensport C	29.10.-06.11.2011	Hamm	375,00 €
LG 35/11 - LG 39/11	Kampfrichterlehrgang für angehende TR C	werden noch bekannt gegeben	fünf Bezirke	5,00 €
LG 40/11**	TR C - Lizenzkurs Leistungssport	wird noch bekannt gegeben	n. n.	150,00 €

An den Ausbildungslehrgängen können nur Personen mit gültigem Judo-Pass teilnehmen (weitere Voraussetzungen siehe: [www.nwJV.de](http://www.nwJV.de) / Ressort: Qualifizierung).

\* ohne Übernachtung

\*\* inklusive Ausbildungshandbuch

**Ansprechpartnerin:** Angela Andree (Tel.: 02 03 / 73 81 - 6 27 oder E-Mail: [Angela.Andree@nwJV.de](mailto:Angela.Andree@nwJV.de))

**Internet:** [www.nwJV.de](http://www.nwJV.de) (siehe: Qualifizierung)

### Lehrgangsanmeldungen an:

Nordrhein-Westfälischer Judo-Verband e.V., Angela Andree,  
Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg, Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24

## Anmeldeschein für Lehrgang Nr. \_\_\_\_\_ / 2011

Name: ..... Vorname: .....

Straße: ..... PLZ/Wohnort: .....

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

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

Die Teilnehmergebühr bezahle ich per Bankeinzug - bitte abbuchen von

Konto-Nr.: .....

BLZ: .....

Bankinstitut: .....

Kontoinhaber: .....

**Lehrgangsanmeldungen ohne Vereinsstempel können nicht angenommen werden!**

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

.....  
Datum / Unterschrift (bei Minderjährigen der/s Erziehungsberechtigten)

.....  
Stempel und Unterschrift des Vereins



**NWJV-Geschäftsstelle**  
 Postfach 10 15 06  
 47015 Duisburg  
 Tel.: 02 03 / 73 81 - 6 22  
 Fax: 02 03 / 73 81 - 6 24  
 E-Mail: [info@nwjv.de](mailto:info@nwjv.de)  
 Internet: [www.nwjv.de](http://www.nwjv.de)

## Adressenänderungen

### Vereine

2001014  
 Judoka Wattenscheid  
 Björn Ringelsiep  
 Bismarckstr. 37  
 44866 Bochum

4000036  
 SFD '75 Düsseldorf  
 Sven Siebert  
 Sonnenstr. 17  
 40227 Düsseldorf

6002002  
 Turnverein Lengerich von 1879  
 Postfach 16 01  
 49516 Lengerich

### Funktionsträger

Kreiskampfrichterreferent  
 Bochum/Ennepe  
 Max von Roden  
 Auf dem Aspei 55  
 44801 Bochum

Kreisjugendleiterin  
 Warendorf/Münster  
 Stephanie Möllmann  
 Philipp-Reis-Weg 25  
 59229 Ahlen

## Anträge auf Zweitausfertigung eines Judo-Passes

- Janine Penders,  
 1. JC Mönchengladbach
- Eissa Wisam,  
 Blau Weiß Ottmarsbocholt
- Marco Granzow,  
 1. JJC Hattingen
- Andreas Bregelow, SuS Lage
- Monique Hermes,  
 1. JC Mönchengladbach
- Philip Römer,  
 SV Bayer Wuppertal
- Ulrike Glenski,  
 Gymnastik Schule Wesel
- Michael Topmüller,  
 FC Greffen
- Marcel Kraßort, FC Greffen
- Johannes Theißing,  
 FC Greffen
- Jennifer Galle, Lüner SV
- Pascal Aschenbach,  
 JC Remscheid
- Sören Eisenach,  
 JC Remscheid
- Walter Pernizki,  
 BFC Solingen
- Dwight Zhang,  
 1. JC Mönchengladbach
- Milan Erdmann,  
 PSV Bochum
- Wilm Franzen, JC 66 Bottrop
- Florian Holl,  
 DJK Eintracht Borbeck

Einwände gegen die Ausstellung einer Zweitausfertigung können innerhalb von zwei Wochen bei der NWJV-Geschäftsstelle geltend gemacht werden.

## Material-Bestellscheine

Die Bestellscheine für NWJV- und für NWDK-Materialien finden Sie auf der Homepage [www.nwjv.de](http://www.nwjv.de) (Infoleiste/Downloads).

# Versammlungen

## Kreis Essen

### Kreisversammlung und Kreisjugendversammlung

**Datum:** Donnerstag, 7. Oktober 2010.

**Zeit:** 19.00 Uhr Kreisversammlung, 20.00 Uhr Kreisjugendversammlung.

**Ort:** Räume des Eintracht Borbeck, in der Don Bosco Schule Essen Borbeck, Theodor-Hartz-Str. 15.

### Tagesordnung Kreisversammlung

1. Begrüßung
2. Wahl eines Protokollführers
3. Annahme der Tagesordnung
4. Feststellung der Ordnungsmäßigkeit der Einberufung
5. Feststellung der Stimmberechtigung und Stimmzettelabgabe
6. Genehmigung der Niederschrift der letzten Versammlung
7. Jahresbericht
8. Aussprache
9. Wahl eines Versammlungsleiters
10. Entlastung der/s Kreisfachwartin/-warts
11. Termine und Vergaben von Turnieren und Meisterschaften
12. Anträge (müssen mindestens 4 Wochen vorher bei der Kreisfrauenwartin/dem Kreisfachwart eingegangen sein)
13. Verschiedenes

tens 4 Wochen vorher bei der Kreisfrauenwartin/dem Kreisfachwart eingegangen sein)

### Tagesordnung Kreisjugendversammlung

1. Begrüßung
2. Wahl eines Protokollführers
3. Annahme der Tagesordnung
4. Feststellung der Ordnungsmäßigkeit der Einberufung
5. Feststellung der Stimmberechtigung und Stimmzettelabgabe
6. Genehmigung der Niederschrift der letzten Versammlung
7. Jahresbericht
8. Aussprache
9. Wahl eines Versammlungsleiters
10. Entlastung der Kreisjugendleitung
11. Termine und Vergaben von Turnieren und Meisterschaften
12. Losen der Vereine und Festlegen der Gewichtsklassen bei Meisterschaften
13. Anträge (müssen mindestens 4 Wochen vorher bei der JL eingegangen sein)
14. Verschiedenes

**Susanne Wieser**  
 Kreisfrauenwartin/  
 -jugendleiterin

## Materialbestellungen

Wir bitten, darauf zu achten, dass bei allen Bestellungen und Überweisungen immer der Vereinsname und die NWJV-Vereinskennziffer angegeben werden. Dies gilt sowohl für Materialbestellungen an den NWJV wie auch an das NWDK.

Jetzt schon vormerken!

## Judo-Grand-Prix in Düsseldorf

am 19./20. Februar 2011



## Doppelte Freude

NWJV-Mitarbeiterin **Nicole Käbberg** hatte gleich doppelten Anlass zur Freude. Am 30. April 2010 heiratete sie in Duisburg Giuseppe Cannas. Sechs Wochen später, am 13. Juni 2010, erblickte Felicia Maria Cannas in Krefeld das Licht der Welt.

Das Foto zeigt das glückliche Paar mit dem Nachwuchs. Von dieser Stelle aus noch einmal die herzlichsten Glückwünsche!

Der weiter aufstrebende Bochumer Judoverein Budoka Höntrop möchte sich im Rahmen seines Vereiskonzepts mit dem Motto „Judo für jeden im Bochumer Westen“ weiter vergrößern.

## Wir suchen Ehrenamtliche, Honorarkräfte oder einen hauptamtlichen Trainer/in

Bewerbungsunterlagen an:

Budoka Höntrop, Sebastian Strack,  
 Op de Veih 68, 44869 Bochum,

E-Mail: [sebastian.strack@budoka-hoentrop.de](mailto:sebastian.strack@budoka-hoentrop.de)



## Kreis Kleve

### **Kreisjugendtag und Kreisversammlung**

**Datum:** Freitag, 24. September 2010.

**Zeit:** 18.00 Uhr Kreisjugendtag, ca. 20.00 Uhr Kreisversammlung (nach dem Kreisjugendtag).

**Ort:** Gaststätte „Sportterrasse“, Heidestr. 40, 46562 Voerde, Tel.: 02 81 / 4 52 75.

**Wegbeschreibung:** B 8 von Wesel in Richtung Voerde und nach dem Ortsschild Friedrichsfeld an der ersten Ampelkreuzung links; B 8 aus Richtung Dinslaken in Richtung Voerde an der Ampelkreuzung rechts in die Hugo-Müller-Straße, nach ca. 200 m dem Straßenverlauf der Hugo-Müller-Straße nach rechts folgen, bis zum Ende und hier links in die Heidestraße, nach ca. 300 m liegt die Sportterrasse auf der rechten Seite.

### **Tagesordnung Kreisjugendtag**

1. Begrüßung
2. Eröffnung der Versammlung und Ernennung eines Protokollführers
3. Feststellung der ordnungsgemäßen Ladung
4. Feststellung der Stimmbe- rechtigung und der Beschluss- fähigkeit
5. Genehmigung der Tagesord- nung
6. Genehmigung des Protokolls der letzten Sitzung
7. Jahresbericht der KJL für das abgelaufene Jahr
- 7.1 Bericht des Kreiskampfrich- terreferenten
8. Aussprache über die Berichte
9. Sparda-Bank-Cup U 11 w/m (12.9. und 3.10.2010)
10. Wahl eines/einer Versamm- lungsleiter(s)/in
11. Entlastung der Kreisjugend- leitung
12. Auslosung der Startnum- mern für 2011
13. Vergabe von Meisterschaf- ten 2011
14. Vergabe von Turnieren 2011
15. Anträge
16. Verschiedenes

Anträge, auch zu TOP 13 und 14, müssen bis zum 23.8.2010 bei der KJL vorliegen.

### **Tagesordnung Kreisversammlung**

1. Begrüßung
2. Eröffnung der Versammlung und Ernennung eines Protokoll- führers

3. Feststellung der ordnungsge- mäßen Ladung
4. Feststellung der Stimmbe- rechtigung und der Beschluss- fähigkeit
5. Genehmigung der Tagesord- nung
6. Genehmigung des Protokolls der letzten Sitzung
7. Jahresbericht des Kreisfach- wartes für das abgelaufene Jahr
8. Aussprache über den Bericht
9. Wahl eines/einer Versamm- lungsleiter(s)/in
10. Entlastung des Kreisfach- wartes
13. Termine und Lehrgänge
14. Anträge
15. Verschiedenes

Anträge müssen bis zum 23.8.2010 beim Kreisfachwart vorliegen

**Birgit Zahnow  
Kreisjugendleiterin**

## Kreis Wuppertal

### **Kreisjugendtag und Kreis- versammlung**

**Datum:** Dienstag, 5. Oktober 2010.

**Zeit:** 20.00 Uhr Kreisjugendtag, ca. 21.00 Uhr Kreisversamm- lung (im Anschluss an den Kreisjugendtag).

**Ort:** WMTV-Vereinsgaststät- te, Adolf-Clarenbach-Str. 41, 42719 Solingen.

### **Tagesordnung Kreisjugendtag**

1. Begrüßung
2. Genehmigung der Tagesord- nung
3. Wahl eines Protokollführers
4. Feststellung der Stimmbe- rechtigung
5. Genehmigung des Protokolls der letzten Versammlung
6. Berichte
- a. Kreisjugendleiterin
- b. Kreisjugendleiters
- c. Kreiskampfrichterreferent
7. Aussprache zu den Berichten
8. Wahl eines/einer Versamm- lungsleiters/Versammlungslei- terin
9. Entlastung der Kreisjugend- leitung
10. Anträge
11. Losen der Startnummern für das Sportjahr 2011
12. Vergabe von Meister- schaften und Turniere für das Sportjahr 2011
13. Verschiedenes

### **Tagesordnung Kreisversammlung**

1. Begrüßung
2. Genehmigung der Tagesord- nung
3. Wahl eines Protokollführers
4. Feststellung der Stimmbe- rechtigung
5. Genehmigung des Protokolls der letzten Versammlung
6. Berichte
7. Aussprache zu den Berichten
8. Wahl eines/einer Versamm- lungsleiters/Versammlungslei- terin
9. Entlastung des Kreisfach- warts
10. Wahlen
- a. Kreisfrauenwartin
- b. stellv. Kreisfrauenwartin
11. Anträge
12. Losen der Startnummern für das Sportjahr 2011
13. Vergabe von Meister- schaften und Turniere für das Sportjahr 2011
14. Verschiedenes

Anträge auf Übernahme von Meisterschaften und Turnieren müssen schriftlich bis zum 7.9.2010 bei Patrick Schweitzer, Weyer Str. 177, 42719 Solingen (Kreisjugendtag) und Karsten Labahn, Deller Str. 54c, 42781 Haan (Kreisversamm- lung) eingegangen sein.

**Karsten Labahn  
Kreisfachwart**

## Kreis Bergisch Land

### **Kreisjugendtag und Kreis- versammlung**

**Datum:** Mittwoch, 15. Septem- ber 2010.

**Zeit:** 19.30 Uhr Kreisjugendtag, anschließend Kreisversamm- lung.

**Ort:** Gaststätte Ferdi's Fäß- chen, Bielsteiner Str. 80, 51674 Wiehl-Bielstein, Tel.: 0 22 62 / 7 17 50 33.

**Wegbeschreibung:** aus Richtung Gummersbach kommend nach Bielstein hereinfahren, über die Bahnleise, direkt dahinter rechts, nach 50 m liegt die Gaststätte auf der Ecke rechts. Parkplätze auf der rechten Seite bzw. gegenüber der Gaststätte; aus Richtung Weiershagen kommend rechts nach Bielstein hereinfahren, der Vorfahrtsstraße folgen, hinter dem Busbahnhof auf der rechten Seite sind Parkplätze, die Gaststät- te befindet sich auf der Ecke des Blocks.

### **Tagesordnung Kreisjugendtag**

1. Begrüßung
2. Genehmigung der Tagesord- nung
3. Wahl eines Protokollführers
4. Feststellung der Stimmbe- rechtigung
5. Genehmigung des Protokolls der letzten Versammlung
6. Berichte
- a) Kreisjugendleitung
- b) Kreiskampfrichterreferent
7. Aussprache zu den Berichten
8. Wahl eines/einer Versamm- lungsleiters/Versammlungslei- terin
9. Entlastung der Kreisjugend- leitung
10. Anträge
11. Losen der Startnummern für das Sportjahr 2011
12. Vergabe von Meisterschaf- ten und Turnieren für das Sport- jahr 2011
13. Verschiedenes

### **Tagesordnung Kreisversammlung**

1. Begrüßung
2. Genehmigung der Tagesord- nung
3. Wahl eines Protokollführers
4. Feststellung der Stimmbe- rechtigung
5. Genehmigung des Protokolls der letzten Versammlung
6. Berichte
- a) Kreisfrauenwartin/Kreisfach- wart
- b) Kreiskampfrichterreferent
7. Aussprache zu den Berichten
8. Wahl eines/einer Versamm- lungsleiters/Versammlungslei- terin
9. Entlastung der Kreisfrauen- wartin/des Kreisfachwartes
10. Anträge
11. Losen für das Sportjahr 2011
12. Vergabe von Meisterschaf- ten und Turnieren für das Sport- jahr 2011
13. Verschiedenes

Anträge, auch die auf Übernah- me von Turnieren und Meis- terschaften, müssen bis zum 18.8.2010 bei Nicole Alcamo, Remscheider Str. 214 B, 42855 Remscheid, eingegangen sein.

**Nicole Alcamo  
Kreisfrauenwartin/-jugendleiterin**



Koji Komata in Duisburg



## Lehrgänge mit Koji Komata sorgten für Begeisterung

Auch die starke Hitze in Deutschland konnte viele Judokas nicht davon abhalten, die Lehrgänge des Kata-Experten Koji Komata zu besuchen. An fünf Terminen zeigte das Mitglied der IJF-Kata-Kommission so manchen Kniff, der in keinem Handbuch zu finden ist. Am Montag, 28. Juni, lernte eine Gruppe von circa 25 Judokas in Krefeld alles zum Thema Nage-no-kata. Für einen kleinen Kreis gab der Sensei am Mittwoch, 30. Juni, einen Speziallehrgang. Auch am Donnerstag, 1. Juli, wurde in Düsseldorf die Nage-no-kata behandelt. 70 Teilnehmer zählte der Lehrgang. Am Samstag, 3. Juli, stand in Duisburg dann die Kodokan Goshin-Jutsu im Zentrum des Interesses der 35 Anwesenden. Beim letzten Termin am Sonntag, 4. Juli, bildete nochmals die Nage-no-kata den Abschluss. Dort nahmen 50 Kata-Interessierte teil. Großen Dank erntete Koji Komata nicht nur von den Teilnehmern. Der NWJK-Präsident Horst Lippeck übergab dem Gast aus Japan am letzten Tag viele Geschenke als Anerkennung.

Sensei Komata erklärte an allen Tagen locker und mit viel Witz die einzelnen Techniken. Besonders wichtig war ihm, den Sinn und Zweck der Abläufe zu zeigen. Warum und wie ist eine bestimmte Bewegung auszuführen? Er demonstrierte die Knackpunkte, um jede Technik mit der größtmöglichen Effektivität auszuführen. Der Einsatz des Körpers, ohne großen Kraftaufwand, war einer der wichtigen Punkte, die der Sensei vermitteln wollte.

Alle Teilnehmer waren von der Fachkenntnis des Japaners begeistert. Er konnte noch so manchem Paar wertvolle Hinweise für die Ausführung einer Technik geben. Dem Experten blieb auch der kleinste Fehler nicht verborgen. So konnten nicht nur die Kata-Neulinge viele Dinge lernen, auch für die geschulten hohen Dan-Träger waren die Lehrgänge mit dem Kata-Lehrer eine Bereicherung.

**Text: Silke Schramm  
Foto: Peter Wibberg**

## „Kokoro“ - Koshiki-no-Kata-Lehrgang mit Shiro Yamamoto (8. Dan)

Eigentlich, so Yamamoto-Sensei, geht es bei Koshiki-no-Kata nicht wie bei Nage- oder Katame-no-Kata um das Üben von Techniken („waza“), sondern es ist eine Übung für „Kokoro“, für „Herz und Seele“. Wenn man - so erklärte der frühere technische Direktor des Kodokan - die etwas ungewohnten Techniken und Bewegungen der Koshiki-no-Kata erst einmal gemeistert hätte, dann würde sich dem Üben die Essenz des Judo erschließen.

Wenn man sieht, wie sich Yamamoto-Sensei (nicht nur) bei dieser Kata bewegt, glaubt man das auf's Wort. Der Weg dorthin ist jedoch beschwerlich und Abkürzungen gibt es nicht. Das wird dem Neuling bei seinen ersten Gehversuchen

in der Koshiki-no-Kata ganz schnell bewusst. Aber auch das ist eine der Lektionen des Judo. Passend dazu mahnte DJB- und NWJV-Präsident Peter Frese bei seiner Begrüßungsansprache nicht zu vergessen, dass Judo ein ganzheitliches Erziehungssystem und nicht nur Wettkampfsport sei und dass dieses ureigenste Wesen des Judo gepflegt werden müsse, auch wenn das viele nur schwer verstehen würden.

Das Teilnehmerfeld dieses Lehrgangs am 14. und 15. August in Duisburg war wie in den vielen Jahren zuvor ziemlich bunt. So war das NWJK trotz Ferienzeit Gastgeber für rund 30 Kata-Enthusiasten aus Hamburg, Bremen, Berlin, Sachsen, Baden, Hessen, der Pfalz und natürlich auch aus



Shiro Yamamoto in Duisburg



NRW - vom 1. bis zum 7. Dan, vom Studenten bis zum Rentner, vom „Koshiki-Novizen“ bis zum langjährig Übenden. Einige Weitzereiste hatten keine Übernachtung gebucht, so dass am zweiten Tag noch etwa 20 Teilnehmer verblieben, die allesamt ohne Verletzung bis zum Schluss durchhielten.

Da fast alle Teilnehmer Vorkenntnisse hatten, konnten in den vier mal zwei Stunden alle 21 Techniken der Koshiki-no-Kata erklärt, geübt und immer wieder demonstriert werden. Geschickt nutzte Yamamoto-Sensei diese Wiederholungen, um zusätzliche „Kleinigkeiten“ zu erwähnen und zu erklären. Auf diese Weise war die Lernkurve bei den meisten Teilnehmern ausgesprochen hoch, zumal mit Dieter Born ein echter Judo-Experte und Kenner der Koshiki-no-Kata als Dolmetscher zur Verfügung stand.

Die Teilnehmer erfuhren während kurzer, aber stets willkommener Übungspausen auch Historisches zur Koshiki-no-Kata, so z.B. dass sie aus Kito-Ryu stammt, einem Jujutsu-Stil, den Jigoro Kano ab 1881 unter Tsunetoshi Iikubo gelernt hatte. Die heutige Koshiki-Kata sei die Kata, die J. Kano von seinem Lehrer gelernt habe und die er aus Respekt und Dankbarkeit als Teil des Kodokan-Judo in sein System integriert hat.

Es war das zweite Mal innerhalb von nur zwei Monaten, dass ein hochrangiger Kodokan-Lehrer NRW für einen Kata-Lehrgang besucht hat. Im Juni unterrichtete K. Komata (8. Dan) Nage-no-Kata und Kodokan-Goshinjutsu. Beide Lehrer brillierten fachlich, zeigten aber auch Gelassenheit und Humor. Vor allem aber lebten sie eine Botschaft vor, die man in einem Wort zusammenfassen kann: Kokoro.

**Text: Wolfgang Dax-Romswinkel**  
**Foto: Karl-Heinz Bartsch**

### Dan-Prüfungen 2010

4. September 2010 - Witten  
30. Oktober 2010 - Duisburg  
6. November 2010 - Gladbeck  
13. November 2010  
Kreis Bergisch Land  
27. November 2010  
Wiedenbrück

Die Antragsunterlagen für die Teilnahme an einer Dan-Prüfung müssen bis spätestens drei Wochen vor dem jeweiligen Prüfungstermin über den zuständigen Kreis-Dan-Vorsitzenden beim Prüfungsbeauftragten Horst Lippeck eingereicht werden.

Teilnehmerbeiträge für Dan-Prüfungen im NWDK sind drei Wochen vor dem angestrebten Prüfungstermin auf das Konto „NWDK-Prüfungswesen“ bei der Sparda-Bank West, Kto-Nr. 100 222 11 33, BLZ 360 605 91, mit dem Verwendungszweck „Teilnehmername, Dan-Prüfung am ... in ...“ zu überweisen. Eine Einladung zur Dan-Prüfung erfolgt nur, wenn die Teilnehmerbeiträge mindestens 14 Tage vor dem angestrebten Prüfungstag auf v. g. NWDK-Konto gutgeschrieben sind.“

Dan-Prüfungsteilnehmerbeitrag für NWDK-Mitglieder:

**26,00 €**

Dan-Prüfungsteilnehmerbeitrag inklusive Aufnahme ins NWDK und Jahresbeitrag:

**54,00 €**

Dan-Prüfungsteilnehmerbeitrag ohne Aufnahme/Mitgliedschaft:

**70,00 €**

Die Abmeldung von einer Prüfung muss spätestens acht Tage vor dem zugesagten Termin mit Begründung beim Prüfungsbeauftragten eingegangen sein. Bei verspäteter Absage oder Nichtantreten werden anteilige Teilnehmergebühren erhoben.

## Dan-Prüfung in Grevenbroich

31 Teilnehmer nahmen an der Dan-Prüfung in Grevenbroich teil. Geprüft wurde vom 1. bis zum 4. Dan auf drei Matten. Sechs Judokas konnten das Prüfungsziel nicht erreichen.

Prüfungskommission 1

**Prüfer:**

Franz-Karl Patzner, 7. Dan  
Friedhelm Iske, 5. Dan  
Dieter Schilling, 5. Dan

**zum 1. Dan:**

Kerstin Fahle, Kreis Krefeld  
Bianca Kroll, Kreis Krefeld  
Yvonne Kulartz, Kreis Köln  
Katharina Czogalla, Kreis Essen  
Michael Bandau, Kreis Düsseld.  
Marc Steinfort, Kr. Düsseldorf  
Richard Nölleke, Kreis Bonn

Prüfungskommission 2

**Prüfer:**

Karl-Heinz Bartsch, 6. Dan  
Klaus Hillmann, 5. Dan  
Hans-Jakob Vogt, 5. Dan

**zum 2. Dan:**

Bianca Bazynski, Kr. Bo./Enn.  
Bakary Sow, Kr. Münster/WAF  
Hanna Hufschmidt, Kr. Düsseld.  
Gerardo Balsamo, Kr. Düsseld.  
Egbert Reinartz, Kreis Aachen

**zum 1. Dan:**

Marius Frantzen, Kreis Köln  
Matthias Hoffmann, Kreis Köln  
Gisbert Piorr, Kreis Düsseldorf  
Christian Emmerichs, JV Rheinl.

Prüfungskommission 3

**Prüfer:**

Franz Ostolski, 7. Dan  
Rainer Andruhn, 6. Dan  
Werner Dermann, 5. Dan

**zum 4. Dan:**

Wilfried Marx, Kr. Düsseldorf

**zum 3. Dan:**

Stefan Papenheim, Kr. Düsseld.

**zum 1. Dan:**

Julius Gudera, Kr. Bochum/En.  
Piet Föhring, Kr. Bochum/Enn.  
Eduard Wins, Kreis Aachen  
Tobias Sommer, Kreis Essen  
Sven Malewany, Kr. Bo./Enn.  
Björn Wolf, Kreis Wuppertal  
Anton Fischer, Kreis Bonn

## 18. Dan-Vorbereitungslehrgang auf der Wewelsburg

**Ort:** JH-Wewelsburg, Burgwall 17, 33142 Wewelsburg, Tel: 0 29 55 / 61 55.

**Datum:** Freitag, 25. Februar 2011 (Anreise bis 10.00 Uhr), bis Donnerstag, 3. März 2011 (Abreise nach der Dan-Prüfung).

**Themen:** Dan-Prüfungsprogramme vom 1. bis 4. Dan in Theorie und Praxis. Infos zu den Prüfungsprogrammen/Lehrgängen etc. können unter [www.nwdk.de](http://www.nwdk.de) herunter geladen werden. Der Kampfrichterlehrgang muss bei Bedarf rechtzeitig vorher besucht werden.

**Zeit:** täglich 9.00 - 21.00 Uhr.

**Dan-Prüfung:** Freitag, 4. März 2011, nur für LG-Teilnehmer (nur bis 3. Dan möglich!).

**Referenten:** Hans-Georg Berndt, 5. Dan, Birgit Andruhn, 5. Dan, Rainer Andruhn, 6. Dan (als Gasttrainer: Friedhelm Glückmann, 7. Dan).  
**Teilnehmergebühr:** 350,00 € pro Teilnehmer, inkl. Kosten für Unterkunft und Verpflegung.

**Anmeldungen:** verbindlich, schriftlich bis zum 15.12.2010 an folgende Anschrift: Hans-Georg Berndt, Am Brustert 24, 47839 Krefeld, Fax: 0 21 51 / 97 35 28, E-Mail: [Hgeorgberndt@aol.com](mailto:Hgeorgberndt@aol.com) mit der Angabe, welcher Dan-Grad angestrebt wird und ob Übernachtung und Vollverpflegung gewünscht wird sowie durch pünktliche Zahlung der o.a. LG-Gebühren, mit dem Vermerk: „DV-Wewelsburg 2011“, NWDK-Kreis Krefeld, Sparda-Bank West, BLZ 360 605 91, Kto.: 1902221133.

**Sonstiges:** Gültiger Judopaß ist vorzulegen! Die kompletten Dan-Prüfungsunterlagen müssen bis zum 12.2.2011 beim Landesprüfungsbeauftragten vorliegen. Es stehen max. 30 LG-Plätze, davon aber nur 24 Prüfungsplätze zur Verfügung. Die Reihenfolge des kompletten Zahlungseinganges entscheidet über die Belegung! **Achtung:** Der LG findet nur statt, wenn mindestens 25 verbindliche Anmeldungen vorliegen!

H.-G. Berndt

### NWDK-Materialstelle

Damit es beim Versand der Bestellungen nicht zu Verzögerungen kommt, muss bei allen Überweisungen immer der **Vereinsname** angegeben werden!



# Talentcamp und Sommer der NWJV-Jugend in Hen





# rschule nef 2010





## Aus den Kreisen

### Kreis Bergisch Land

#### Dan-Vorbereitung 2010 der Kreise Bergisch-Land und Wuppertal

**Termine:** 12.09.2010 (Sonntag), 18.09.2010 (Samstag), 25.09.2010 (Samstag), 02.10.2010 (Samstag), 09.10.2010 (Samstag), 16.10.2010 (Samstag), 23.10.2010 (Samstag), 31.10.2010 (Sonntag), 06.11.2010 (Samstag).

**Zeiten:** Samstags: 14.00 - 18.00 Uhr, Sonntags 11.00 - 15.00 Uhr.

**Anmeldung:** bis zum 29.8.2010 unter Angabe von angestrebtem Dan-Grad und zu erlernender Kata an KDV Bergisch Land, Lutz Hartmann, E-Mail: lutz@jcwk.de, Fax: 0 21 96 / 97 27 42.

**Referenten:** N.N.

**Teilnehmergebühr:** 50,00 € im Voraus auf das Konto „NWDK Kreis Bergisch-Land, Kto-Nr. 20 222 11 33, BLZ: 360 605 91, Vermerk: Dan-LG 2010 und Name, bei der Sparda-Bank West eG“ zu entrichten.

**Ort:** Dojo des JC Wermelskirchen in der Bergischen Sportarena, Beltener Str. 48, 42929 Wermelskirchen.

**Anfahrt:** aus Richtung Köln kommend auf der A 1, Ausfahrt Wermelskirchen herausfahren, im Kreisverkehr Richtung Wermelskirchen, nach ca. 500 m an der Ampel links auf die B 51 n (Dellmannstraße) Richtung Remscheid, der B 51 n folgen bis zur Ausfahrt Kenkhäuserstraße (ca. 1 km), dort links, nach 30 m rechts in die Beltener Straße, direkt an der Kreuzung auf der linken Seite befindet sich die Bergische Sportarena.

Lutz Hartmann

### Kreis Düsseldorf

#### NWDK-Technik-Lehrgang „Ju-no-Kata“

**Datum:** Samstag, 30. Oktober 2010.

**Zeit:** 14.00 - 18.00 Uhr.

**Ort:** Judo-Halle auf dem Schulhof des Lessing-Gymnasiums, Ellerstraße 89/94, Düsseldorf-

Oberbilk. Parkmöglichkeiten auf dem Schulhof vor der Judo-Halle; von Düsseldorf Hbf. 10 Minuten Fußweg über Eisenstraße/Stahlstraße zur Ellerstraße.

**Referenten:** Manuel Minkwitz, 5. Dan Judo, Dieter Münnekhoff, 5. Dan Judo.

**Leitung:** Karl Heinz Scheyk, 6. Dan Judo.

**Eingeladen sind:** alle Judokas ab 16 Jahre, Kyu-Prüfer, Übungsleiter, Dan-/ÜL-Anwärter, Trainer-Assistenten.

**Lehrgangsgebühr:** 5,00 €. Lehrgangsteilnahme nur im weißen Judogi. Lehrgangsteilnahme wird im Judopass mit 5 UE als NWDK-Technik-LG bestätigt.

#### NWDK-Technik-Lehrgang „Judo Selbstverteidigung“

**Datum:** Samstag, 13. November 2010.

**Zeit:** 14.00 - 18.00 Uhr.

**Ort:** Judo-Halle auf dem Schulhof des Lessing-Gymnasiums, Ellerstraße 89/94, Düsseldorf-Oberbilk. Parkmöglichkeiten auf dem Schulhof vor der Judo-Halle; von Düsseldorf Hbf. 10 Minuten Fußweg über Eisenstraße/Stahlstraße zur Ellerstraße.

**Referenten:** Hans Rutkowski, 6. Dan JJ, Ralf Kaschubowski, 4. Dan JJ.

**Leitung:** Karl Heinz Scheyk.

**Eingeladen sind:** alle interessierten Erwachsenen und Jugendlichen ab U 15.

**Lehrgangsgebühr:** 5,00 €. Lehrgangsteilnahme nur im weißen Judogi. Lehrgangsteilnahme wird im Judopass mit 5 UE als NWDK-Technik-LG bestätigt oder auf der Karte „Stundennachweis für Dan- und ÜL-Anwärter“ eingetragen.

#### NWDK-Technik-Lehrgang „Judo-Bodentechniken“

**Datum:** Samstag, 27. November 2010.

**Zeit:** 14.00 - 18.00 Uhr.

**Ort:** Judo-Halle auf dem Schulhof des Lessing-Gymnasiums, Ellerstraße 89/94, Düsseldorf-Oberbilk. Parkmöglichkeiten auf dem Schulhof vor der Judo-Halle; von Düsseldorf Hbf. 10 Minuten Fußweg über Eisenstraße/Stahlstraße zur Ellerstraße.

**Themen:** Judo-Boden-Techniken/Übergänge Stand-Boden.

**Referent:** Karl Heinz Scheyk, 6. Dan.

**Eingeladen sind:** alle Judokas ab 12 Jahre, Kyu-Prüfer, Übungsleiter, Dan-/ÜL-Anwärter, Trainer-Assistenten.

**Teilnehmergebühr:** 5,00 €.

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

Karl Heinz Scheyk

### Kreis Essen

#### Kata-Lehrgang „Kodokan Goshin Jutsu“

- landesoffen -

**Datum:** Sonntag, 12. September 2010.

**Zeit:** 9.30 - 13.00 Uhr.

**Ort:** Dojo des PSV Essen, Essen-Stadtwald, Wittenbergstr. 109.

Es wird die Kodokan Goshin Jutsu nach der IJF/Kodokan-Version vermittelt. Der Lehrgang ist für Trainer, Prüfer, Prüflinge und alle Judokas gedacht, die diese Kata lernen oder den Kenntnisstand auffrischen möchten. Für Beginner ist das Erlernen der Grobform das Ziel. Soweit vorhanden, bitte Waffen mitbringen.

**Referent:** Karl-Heinz Bartsch.

**Anmeldung:** erforderlich bis zum 9.9.2010 beim Referenten Karl-Heinz Bartsch, Beim Gansacker 12, 47259 Duisburg, Tel./Fax: 02 03 / 9 35 75 36/4, E-Mail: karubachi@gmx.de

**Teilnehmergebühr:** keine.

#### Techniklehrgang Kyu-Prüfung „Anwendungsaufgaben Stand und Boden“

**Datum:** Sonntag, 26. September 2010.

**Zeit:** 9.30 - 12.30 Uhr.

**Ort:** Dojo des PSV Essen, Essen-Stadtwald, Wittenbergstr. 109.

**Achtung!** Anmeldung erforderlich bis zum 23.9.2010 an Karl-Heinz Bartsch, Beim Gansacker 12, 47259 Duisburg, Fax: 02 03 / 9 35 75 34, E-Mail: karubachi@gmx.de

Der LG ist für Trainer und Prüflinge gedacht. Die Anwendungsaufgaben des Kyu-Prüfungsprogramms werden

vorgestellt und gemeinsam mit den Lehrgangsteilnehmern erarbeitet. Am Lehrgangsende sollen die Teilnehmer eine gesicherte Vorstellung haben, wie die einzelnen Aufgaben zu verstehen sind und sie danach im Verein trainieren können. Fragen und Problemstellungen sind zur Bereicherung des LG willkommen.

**Referent:** N.N.

**Kosten:** keine.

Karl-Heinz Bartsch

### Kreis Köln

#### Blau-/Braun-Vorbereitungslehrgang

**Termine:** 02.10.2010,

09.10.2010, 06.11.2010,

13.11.2010, 20.11.2010.

**Zeit:** Samstags 14.00 - 18.00 Uhr.

Zu den Inhalten gehören u.a. folgende Themen, die vom Lehrwart des NWDK festgelegt wurden:

- Anwendungsaufgaben der Prüfungsordnung ab dem 5. Kyu

- Übergänge Stand/Boden

- Randori-Aufgaben der Prüfungsordnung

**Ort:** Turnhalle der Grundschule Langemaß, 51063 Köln.

**Ausrichter:** MTV Köln.

**Referenten:** Jörg Schwingeler (Ausrichter), Andreas Kleegräfe, Michael van Beylen, Albert Schnering, Jenny Goldschmidt, Tabea Lingscheid, Matthias Vaupel.

**Teilnehmer:** Alle, die ihr Prüfung zum Blau- oder Braungurt ablegen wollen, und alle anderen Interessenten.

**Sonstiges:** Der Prüfungstermin ist für Samstag, 27.11.2010 ab 14.00 Uhr vorgesehen. An der Prüfung können alle Judokas teilnehmen, welche die Prüfungsvoraussetzungen erfüllen. Wer die Prüfung zum 1. Kyu im Verein ablegen möchte, sollte an mindestens drei Lehrgangstagen teilnehmen (entspricht 15 UE).

**Anfahrt:** mit öffentlichen Verkehrsmitteln: Bahn: 4 (Keupstraße); Bus: 152, 153, 434 (Berliner Straße).

Jenny Goldschmidt



Kreis Krefeld

**12. NWDK-Technikturnier auf Kreisebene**

**Termin:** Samstag, 2. Oktober 2010.  
**Zeit:** Beginn 14.00 Uhr.  
**Ort:** Krefeld, Gladbacher Str. 601 (Halle des PSV; gegenüber dem Thyssen-Edelstahlwerk).  
**Startberechtigt:** Alle Judokas, die Vereinen des Kreises Krefeld angehören. Jeder Teilnehmer ist nur einmal startberechtigt. Tori und Uke können während der Demonstration beliebig wechseln. Jedes Paar hat max. zwei Versuche pro Technik (der Beste wird gewertet). Gestartet wird paarweise in zwei Altersklassen.  
 Klasse 1: Jahrgang 98 und jünger (weiblich, männlich oder mixed); Klasse 2: Jahrgang 95 und jünger (weiblich, männlich oder mixed).  
 Die Anzahl der Durchgänge ist abhängig von der Anzahl der Teilnehmer.  
**Es sind folgende Standtechniken zu demonstrieren:**  
 Klasse 1 (6 Techniken): Ippon-seoi-nage, Tai-otoshi, Harai-goshi, O-soto-gari, Sasae-tsuri-komi-ashi, O-uchi-gari.  
 Klasse 2 (9 Techniken): Ippon-seoi-nage (als Kombination), Tai-o-toshi, Uchi-mata, O-soto-gari, Sasae-tsuri-komi-ashi, Ko-uchi-make-komi, Okuri-ashi-barei, Yoko-tomoe-nage, Tani-otoshi (als Kontertechnik).  
**Bewertung:** erfolgt nach einem Punktsystem (offene Wertung). Basis sind die Bewertungskriterien der Kyu-Prüfungsordnung. Kriterien: Kuzushi: Situation/ Gleichgewichtsbruch; geeignete Kumi Kata; Tsukuri: Kontaktpunkte zum Partner/Intensität/ Effektivität des Wurfansatzes; Kake: yuko-wazari-ippou/ Dynamik der Technik.  
 Außerdem: Kontrolle über den Partner, gute Falltechnik von Uke sowie technikspezifische Kriterien.  
**Ehrenpreise:** Plätze 1-3 Tori und Uke erhalten jeweils einen Pokal, Medaille und Urkunde. Plätze 4 und 5 Medaillen und Urkunden sowie Urkunden für die weiteren Platzierungen.  
 Die drei erfolgreichsten Vereine erhalten ebenfalls Ehrenpreise.  
**Startgeld:** 13,00 €, pro Starter-Paar.

**Meldungen:** Teilnehmerzahl pro Verein, Namen und Alter der Paare bis 27.9.2010 an Hans-Georg Berndt, Am Brüstert 24, 47839 Krefeld, Tel.: 0 21 51 / 73 35 37, Fax: 0 21 51 / 97 35 28, E-Mail: Hgeorgberndt@aol.com  
**Hans-Georg Berndt**

Kreis Ostwestfalen

**NWDK-Dan-Vorbereitungslehrgang (8 x 5 Übungsstunden) und**

**NWDK-Fortbildungslehrgang (8 x 2 volle Stunden)**

**Programm:** Boden- und Standtechniken, Kombinationen, Konter, Standtechniken außerhalb der Go-Kyo, Übergang Stand zum Boden.  
**Termin/Zeit:**  
 Sa., 02.10.2010, 14.00 - 18.00 Uhr. Sa., 30.10.2010, 14.00 - 18.00 Uhr. So., 14.11.2010, 10.00 - 14.00 Uhr. Sa., 04.12.2010, 14.00 - 18.00 Uhr. Sa., 11.12.2010, 14.00 - 18.00 Uhr. Sa., 18.12.2010, 14.00 - 18.00 Uhr. Sa., 15.01.2011, 14.00 - 18.00 Uhr. Sa., 22.01.2011, 14.00 - 18.00 Uhr. Reserve: So., 31.10.2010, 10.00 - 14.00 Uhr und Sa., 06.11.2010, 14.00 - 18.00 Uhr.  
**Teilnehmer:** Trainer und Übungsleiter, Judokas ab 4. Kyu.  
**Ort:** Dojo Börde Union Welver.  
**Referent:** Jo Covyn, 7. Dan, José Pereira, 5. Dan, Eddy Covyn, 4. Dan, dreimaliger Deutscher Kata-Meister, Matthias Gedig, 4. Dan, dreimaliger Deutscher Kata-Meister.  
**Teilnehmergebühr:** für NWDK-Dan-Vorbereitungslehrgang 80,00 €, für NWDK-Fortbildungslehrgang mit Kata pro Tag Senioren 12,00 €, ohne Kata Senioren 5,00 €, Kinder/ Jugendliche bis 18 Jahre frei. Die Dan-Prüfung findet am Sa., 29.01.2011, statt.

**Jo Covyn**

Kreis Steinfurt

**Judo als Selbstverteidigung**

**Ausrichter:** TV Mesum.  
**Leitung:** NWDK Kreis Steinfurt.  
**Ort:** Mesum, Johanneshalle, Schulstr. 1.  
**Tag:** Samstag, 25. September 2010.  
**Zeit:** 15.00 - 18.00 Uhr.  
**Teilnehmer:** alle Judokas aus dem Kreis Steinfurt.  
**Referenten:** Ulrich Wichmann, N.N.  
**Kosten:** Der Lehrgang ist kostenlos. Für Getränke und Verpflegung ist selber zu sorgen.  
**Meldungen:** bis 22.9.2010 per E-Mail an Ursula Hillgemann: judo@ulla-hill.net

**Angriffe gegen die Bank mit „Helmtechnik und Gurke“**

**Ausrichter:** TV Mesum.  
**Leitung:** NWDK Kreis Steinfurt.  
**Ort:** Mesum, Franziskushalle, Franziskusstraße, 48432 Rheine.  
**Tag:** Sonntag, 10. Oktober 2010.  
**Zeit:** 10.00 - 14.00 Uhr.  
**Teilnehmer:** alle Judokas aus dem Kreis Steinfurt.  
**Referenten:** Klaus Büchter, N.N.  
**Kosten:** Der Lehrgang ist kostenlos. Für Getränke und Verpflegung ist selber zu sorgen.  
**Meldungen:** bis 6.10.2010 per E-Mail an Ursula Hillgemann: judo@ulla-hill.net

**Ursula Hillgemann**

Kreis Unna/Hamm

**Kata-Lehrgänge - Dan-Prüfung**

**Termine/:** Sonntags, 12.09.2010, 26.09.2010, 24.10.2010, 21.11.2010, 12.12.2010, 16.01.2011 oder 23.01.2011.  
**Zeit:** jeweils 11.00 - 13.15 Uhr.  
**Ort:** Dojo des TV Werne, Jahnturnhalle, Jahnstraße in Werne.  
**Leitung:** KDV Udo Röhrig.  
**Referent:** Georges Covyn.  
**Teilnehmergebühr:** 60,00 € für alle sechs Termine - Zahlung im Voraus per Scheck. Unter Umständen ist auch eine Teilnahme an einzelnen Tagen möglich, wobei dann je Tag und Teilnehmer 10,00 € vor Ort zu zahlen sind. Die Gebühr fällt jeweils für Tori und auch für Uke an, da beide durch die Teilnahme ihr Wissen erweitern.  
**Meldung:** bis spätestens 4.9.2010 unter Beifügung eines VR-Scheck, oder mit dem Hinweis, dass Barzahlung am ersten Lehrgangstermin erfolgt. Für die Durchführung der Lehrgänge ist eine Mindestzahl an Teilnehmern für alle Lehrgangstage erforderlich. Eine Planung kann daher nur bei vorheriger Anmeldung für alle Termine mit gleichzeitiger Gesamtzahlung erfolgen. Dies sollte im eigenen und auch im Interesse des Zustandekommens des Lehrganges Vorrang haben. Die Meldung soll folgende Angaben enthalten: Name, Vorname, Kyu-/Dan-Grad, Verein und Telefonnummer.  
 Die Dan Prüfung des Kreises findet in der Regel zusammen mit dem Kreis Ostwestfalen am jeweils letzten Januar-Wochenende statt.

**Udo Röhrig**

Kreis Wuppertal

**Dan-Vorbereitung 2010 der Kreise Bergisch-Land und Wuppertal**

- siehe Kreis Bergisch Land -

# Krafttraining, Teil 17



## Kurzhandel-Curl / Hammer-Curl

Im sicheren Stand je eine Kurzhantel in die Hand nehmen. Handflächen zeigen zur Hüfte. Die Arme abwechselnd anbeugen, wobei sich die Hanteln annähernd im Halbkreis zur Schulter bewegen. Die Handflächen zeigen in der Endposition zur Schulter. Den Körper bei der Bewegung stabilisieren und die Ausgangsposition beibehalten.

Beim Hammer-Curl werden die Arme so gebeugt, dass die Hanteln sich am Ende der Aufwärtsbewegung dicht an den Schultern befinden. Die Handflächen zeigen hierbei zueinander.

Alternativ können die Hammer-Curls auch mit einer Gewichtsscheibe ausgeführt werden. Der Bewegungsablauf ist so wie mit der Kurzhantel. Als Variation können die Übungen auch mit beiden Armen gleichzeitig gemacht werden.

**Wichtig:** Ellbogen und Oberarme bleiben dicht am Körper. Nicht mit Schwung oder ruckartig arbeiten.

Viel Erfolg!

(Autoren: Dirk Mähler, Marcus Temming)



Fotos: Paul Klenner

Es besteht auch die Möglichkeit, dass Kaderathleten sich direkt mit unseren Autoren Marcus Temming oder Dirk Mähler in Verbindung setzen.

Die Krafttrainingshotline: Tel.: 02 12 / 20 47 47

- Montags von 20.30 bis 21.30 Uhr Dirk Mähler
- Dienstags von 20.30 bis 21.30 Uhr Marcus Temming



# Grundwissen der Geschichte des Kōdōkan-Jūdō in Japan

von Wolfgang Dax-Romswinkel

## Teil 4: Ziele des Kōdōkan-Jūdō in den Gründungsjahren

### Vorbemerkung

JIGORŌ KANŌ gelang es, mit dem *Kōdōkan-Jūdō* ein faszinierend stringent System aus Zielen, Inhalten und Methoden zu entwickeln und in jahrzehntelanger Arbeit zu verfeinern. Die drei ersten Teile dieser Artikelserie folgten einem chronologischen Aufbau bis in die Anfangszeit des *Kōdōkan*. Mit diesem vierten Teil setzt eine neue Struktur ein, in der jeweils Einzelaspekte herausgegriffen und in ihrer Entwicklung dargestellt werden.

Die Grundlage hierfür bilden die ursprünglichen Ziele des *Kōdōkan-Jūdō* wie sie 1889 von JIGORŌ KANŌ der Öffentlichkeit vorgestellt wurden und auf den folgenden Seiten beschrieben werden. In den kommenden Folgen, die sich mit der Entwicklung und Systematisierung der Techniken, der Übungs- und Lehrmethoden, der Wettkampfgeln usw. befassen werden, soll dann immer wieder auf diese Ziele Bezug genommen werden.

KANŌ sah in *Jūdō* ein beträchtliches erzieherisches Potenzial und setzte es bereits ab 1882 als Erziehungsmittel im *Kanō-juku* ein (vgl. Teil 3 dieser Serie). Nachdem in der ersten Hälfte der 1880er-Jahre in Japan eine Diskussion über die Aufnahme traditioneller Kampfkünste in das schulische Curriculum einsetzte, erhielt J. KANŌ am 21. Mai 1889 die Gelegenheit, vor der Groß-japanischen Gesellschaft für Erziehung einen Vortrag mit Demonstration über „*Jūdō* im allgemeinen sowie seinen Wert für die Erziehung“ zu halten.

Bei dieser Gelegenheit stellte er das *Kōdōkan-Jūdō* auf der damaligen Entwicklungsstufe ausführlich vor, was die Aufzeichnungen dieses Ereignisses zu einer der bedeutendsten Quellen für historische Betrachtungen macht. Eine nahezu vollständige Übersetzung dieses Vortrags befindet sich im Anhang der Dissertation von ANDREAS NIEHAUS (s. Literaturhinweise). Alle nachfolgenden KANŌ-Zitate sind dieser Übersetzung entnommen.



JIGORŌ KANŌ im Alter von 28 Jahren, ungefähr zu der Zeit, in der er die beschriebenen Ziele des *Kōdōkan-Jūdō* vorgestellt hat.

Die drei Zieldimensionen des *Kōdōkan Jūdō*

### Die drei Zieldimensionen des Kōdōkan Jūdō

Lassen wir gleich zu Beginn JIGORŌ KANŌ zu Wort kommen: „Das, was ich als *Jūdō* bezeichne, beinhaltet drei Ziele: Leibesübung, Kampf und Moral.“ Hiermit verweist KANŌ unmissverständlich auf drei Zieldimensionen. Was versteht er jeweils darunter?

auf der damaligen Entwicklungsstufe ausführlich vor, was die Aufzeichnungen dieses



Training im *Kōdōkan* um die Jahrhundertwende - Das Gemälde von SHŪZAN HISHIDA zeigt J. KANŌ, der das Training von einer leicht erhöhten Position aus beobachtet (Quelle: *Kōdōkan-Jūdō*, Verlag Dieter Born).

## Jūdō als Leibesübung

Nützliche Fähigkeiten zu erwerben ist für KANŌ ganz allgemein das oberste Ziel jeder Erziehung. Da für ihn vollkommen außer Frage steht, dass jeder Mensch körperliche Fähigkeiten für die Bewältigung des Alltags benötigt, sind Leibesübungen für ihn essenzieller Bestandteil von Erziehung. Im Detail fordert er

- eine angemessene, harmonische Entwicklung der Muskulatur,
- die Gesunderhaltung des Körpers,
- die Entwicklung von Kraft sowie
- die Entwicklung von Gelenkigkeit.

In späteren Vorträgen und Schriften betont KANŌ häufig, dass eine übermäßige Ausbildung bestimmter Muskelgruppen bei gleichzeitiger Vernachlässigung anderer Muskeln unbedingt verhindert werden muss. Die Begriffe „Funktionstüchtigkeit“, „Balance“ und „Harmonie“ treffen seine Vorstellungen von einem idealen Körper wohl am besten. „Vielseitigkeit“ statt „Einseitigkeit“, „Interesse“ statt „Eintönigkeit“ sind daher auch seine wichtigsten Maximen bei der Übungsgestaltung.

Die im Rahmen der Leibesübungen erlernten Bewegungen sollen darüber hinaus auch einen praktischen Nutzen haben. KANŌ führt als Beispiel das Abrollen an, sollte man auf einem Wagen sitzen, wenn dieser umstürzt. Ein weiteres Beispiel ist die Fähigkeit rasch ausweichen zu können, wenn ein Gegenstand auf jemanden herunterfällt, oder Fallen zu können, wenn man auf einer Leiter fehltritt.

## Jūdō und „Kampf“

Zu J. KANŌs pädagogischen Überzeugungen - ganz im Sinne des Erwerbs nützlicher Fähigkeiten - gehörte, dass jeder Mensch über grundlegende Fähigkeiten verfügen sollte, sich und andere im Bedarfsfall verteidigen zu können. Aufgabe der Erziehung sei es, diese Fähigkeiten zu vermitteln. Er erläutert das „Jūdō-System des Kampfes“ mit folgenden Worten:

„Es bedeutet das Trainieren von Techniken, mit denen man einen Menschen töten, verletzen oder festhalten kann, oder, wenn man selbst angegriffen wird, sich zu verteidigen.“

Den Widerspruch, auf der einen Seite die Gesundheit entwickeln zu wollen, auf der anderen Seite jedoch Techniken üben zu lassen, die im Extremfall sogar eine tödliche Wirkung haben können, löst er durch eine entsprechende Übungsmethodik auf, bei der die „gefährlichen Techniken“ nicht in offenen Situationen des freien Übens (*Randori*), sondern nur in abgesprochenen Situationen (*Kata*) trainiert werden. Nähere Erläuterungen hierzu werden in den kommenden Artikeln über die „*Kōdōkan*-Methoden“ und ihre Entwicklung folgen.

## Jūdō und „Moral“

KANŌ erklärt: „Das, was ich als System der Moral bezeichne, umschließt (...) drei Punkte: Die Ausbildung der Moral, die Ausbildung des Verstandes und die Theorie des Kampfes, die auf die verschiedenen Dinge in der Welt angewendet werden kann (...).“ Der Begriff „Moral“ taucht hier etwas missverständlich doppelt auf, nämlich einmal als Oberbegriff und einmal als Konkretisierung. Als Oberbegriff wäre vielleicht „geistig-moralische Entwicklung“ etwas glücklicher.

## Ausbildung von Moral

Zur Mitte der *Meiji*-Zeit (1868 bis 1912), also dem Zeitpunkt des Vortrags im Jahr 1889, begann das nationale Selbstbewusstsein Japans deutlich zu erstarken. Man besann sich wieder auf eigene Traditionen und kulturelle Werte, wengleich diese mitunter idealisiert wurden, wie zum Beispiel der *Bushidō*.

KANŌ greift diesen Zeitgeist auf und stellt *Jūdō* in den Dienst einer Patriotismus-Erziehung. Er sagt: „Wollen wir der nachfolgenden Generation lehren, das Japanische an Japan wertzuschätzen, dann müssen wir irgendwie den Geist der Kampfkünste in die Köpfe der heutigen Jugend bringen.“

Was er darunter genau versteht, führt er zwar nicht weiter aus, jedoch wird er an einem Beispiel aus dem Training

konkreter:

„Beim *Randori* im *Jūdō* trainieren in den meisten *Dōjō* sowohl Fortgeschrittene und Anfänger als auch Gleichrangige miteinander. Ganz natürlich nimmt man so eine anleitende Position ein, eine Position, in der man angeleitet wird oder eine, in der man gleichberechtigt ist (...) Wer die Pflichten eines Lehrers übernimmt, kann bei verschiedenen Fällen und bei unendlich vielen Gelegenheiten lehren, dass die Menschen sich füreinander bemühen und sich gegenseitig freundlich behandeln müssen.“

Auch wenn KANŌ den Grundsatz *jita-kyoei* - meist übersetzt als „Prinzip des gegenseitigen Helfens und Wohlergehens“ - erst Jahrzehnte später ausformuliert und ins *Jūdō* eingeführt hat, wird durch diese Erklärung deutlich, dass die entscheidenden Grundgedanken bereits in der Frühphase des *Jūdō* am Ende des 19. Jahrhunderts klar entwickelt waren.

## Ausbildung des Verstandes

KANŌ stellt in den Raum, dass „Menschen, die wir als tüchtig bezeichnen“, ihren Verstand meistens durch die Kampfkünste ausgebildet hätten. Auch damit knüpft er - wiederum ohne weitere Erläuterung oder Begründung - an den

Zeitgeist an und erläutert im Folgenden den Beitrag des *Jūdō* zur Schulung des Intellekts.

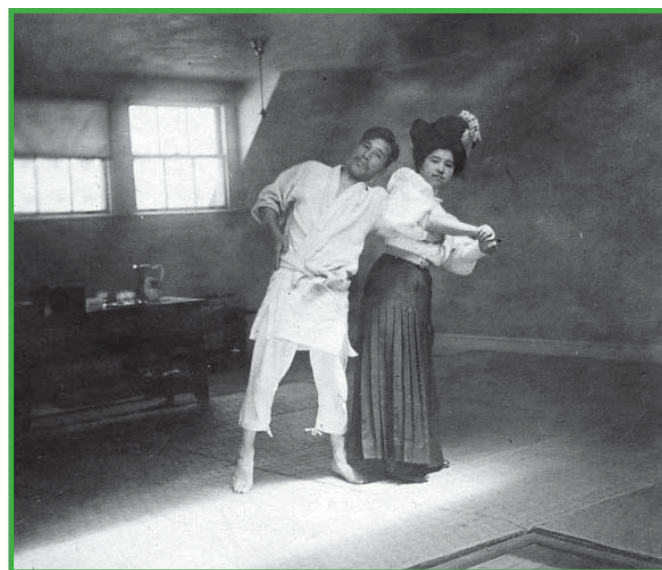
„Beobachtung“: Beim *Jūdō* übt man nicht (nur) für sich allein, sondern muss auch Andere beobachten, damit man verstehen kann, wie Techniken funktionieren. Beobachten zu können, ist eine Grundvoraussetzung für den Fortschritt im *Jūdō* und wird durch *Jūdō* gefördert.

„Erinnerung“: Beobachtungen alleine nützen aber nicht viel, wenn man sich nicht erinnert. Das Erinnerungsvermögen ist also eine weitere wichtige Voraussetzung zum *Jūdō*, das somit eine Gedächtnisschulung darstellt.

„Überprüfung“: Aber was nützen Beobachtung und Erinnerung ohne praktische Umsetzung? KANŌ erläutert: „Eine Situation muss man reiflich überdenken, das Ergebnis an der Wirklichkeit erproben, sie nochmals durchdenken und erneut erproben. Damit wird eine Gewohnheit ausgebildet, nicht mit dem gewöhnlichen oberflächlichen Denken zufrieden zu sein, sondern gründlich über die Dinge nachzudenken“.

„Phantasie“: Eine besondere Bedeutung kommt für KANŌ der Phantasie zu: „Selbst wenn man verschiedene Ideen zur Lösung eines Problems hat, so kann

Die Bilder von YOSHITSUGU YAMASHITA (später 10. Dan), entstanden 1904 auf einer USA-Reise, geben einen kleinen Einblick in das *Jūdō* der Jahrhundertwende:



Selbstverteidigung



man keine gute Lösung finden, wenn die Einfälle nur zögerlich ins Herz fließen“.

„Sprache“: KANŌ ist sich darüber bewusst, dass Sprache beim Verständnis von *Jūdō* von besonderer Wichtigkeit ist. Nach seiner Überzeugung verbessert Lehrtätigkeit die Fähigkeit, komplizierte Dinge verständlich darzustellen. Er kokettiert sogar gegenüber dem Publikum und sagt: „Unter Ihnen gibt es sicherlich einige Kritiker, die sagen: Obwohl der Sprecher selbst ein Meister im Range eines *Shihan* des *Jūdō* ist, warum spricht der dann so schlecht? Diesen möchte ich entgegenhalten, dass ich eigentlich noch schlechter spreche, aber durch das *Jūdō*-Training schon Fortschritte gemacht habe.“

„Große Kapazität“: Die komplexeste kognitive Fähigkeit, die nach KANŌ durch *Jūdō* ausgebildet werden soll, nennt er die „Große Kapazität“. Damit ist zum einen gemeint, Neuem gegenüber aufgeschlossen zu sein (KANŌ: „wer seine eigene Meinung zu stark beschützt, kann keine Fortschritte machen“), zum anderen ist es die Fähigkeit, Dinge von unterschiedlichen Standpunkten aus betrachten und verschiedene Theorien zu einer Synthese bringen zu können, ohne sie zu vermengen.

KANŌ stellt also im Jahr 1889 ein hierarchisch gestuftes

und vor allem überzeugendes Konzept kognitiver Fähigkeiten vor, die durch *Jūdō*-Training entwickelt werden sollen.

### Die Anwendung der Theorien des Kampfes im täglichen Leben

KANŌ war der Überzeugung, dass sich die Lektionen, die man durch das Training des Kampfes lernt, auf Situationen außerhalb des *Dōjō* übertragen lassen und man daraus für den Alltag Nutzen ziehen kann. Die wichtigsten Lehren des Kampfes sind für ihn (frei übersetzt und vom Verfasser formuliert):

- (1) Beachte die Beziehung zwischen Dir und Deiner Umgebung
- (2) Komme Deinem Gegner zuvor
- (3) Überlege reiflich - handle entschlossen
- (4) Kenne die Grenzen
- (5) Sei bescheiden im Erfolg - akzeptiere einen Misserfolg mit Anstand und Würde

Zu (1) kommt es darauf an, sich stets über eigene und des Gegners Stärken und Schwächen sowie über die besonderen Umstände der Situation Klarheit zu verschaffen und daraus eine Strategie zu entwickeln - im Kampf wie im täglichen Leben. Initiative zu ergreifen und das Heft des Handelns in die eigene Hand zu nehmen, drückt Punkt (2) aus. Das bedeutet jedoch nicht „agieren/angreifen um

jeden Preis“, mitunter muss man auch abwarten können, dann aber umso entschlossener handeln (3). Bei all dem darf man niemals die Grenzen aus den Augen verlieren (4): Grenzen in der Anwendung von Techniken, bzw. Grenzen im allgemeinen Umgang mit anderen Menschen.

Den letzten Punkt (5) beschreibt KANŌ schließlich als das „Mysterium des *Jūdō*“: „Im Sieg nicht stolz zu sein, in der Niederlage nicht aufzugeben. In der Sicherheit nicht nachlässig zu werden und in der Gefahr nicht die Nerven zu verlieren.“

### Zusammenfassung

KANŌ stellt *Jūdō* 1889 als ein umfassendes Erziehungssystem vor, das die Bereiche Leibesübungen, Kampf/Selbstverteidigung und geistig-moralische Erziehung als seine drei Säulen nebeneinander stellt.

Jahrzehnte später, als KANŌ wieder einmal den Unterschied zwischen *Jūjutsu* und *Jūdō* erklärte, brachte er es prägnant auf den Punkt: „Die Substanz der Erziehung (Anm.: beim *Jūjutsu*) war das Lehren der Technik. Im *Kōdōkan* wurde die Lehre begründet, dass das Lehren des Weges die Substanz, und die Technik die Anwendung des Weges ist“ (NIEHAUS, S. 306).

Seine Überlegungen haben selbst nach 120 Jahren nichts von ihrer Aktualität verloren, auch wenn er sie später durch

eine Erweiterung der *Jūdō*-Prinzipien selbst noch weiter ausgearbeitet hat.

### Persönliche Anmerkungen des Verfassers

(1) In der Wissenschaft ist allgemein anerkannt, dass KANŌ in seinem erzieherischen Denken vor allem von HERBERT SPENCERS (1820-1903) Werk „Education: Intellectual, Moral and Physical“ (Vier Essays, die bereits 1880 auf japanisch vorlagen) beeinflusst war. Dieses wiederum setzt sich intensiv mit der Pädagogik PESTALOZZIS (1746-1827) auseinander und erinnert stark an Kopf („intellectual“), Herz („moral“) und Hand („physical“). Das Werk SPENCERS ist im Internet frei verfügbar.

(2) Das öffentliche Interesse an den traditionellen Kampfkünsten Japans begann etwa 10 Jahre nach der *Meiji*-Restauration (1868) langsam wieder zuzunehmen, nachdem eine Schwerteinheit der Polizei erfolgreich an der Niederschlagung aufständischer *Samurai* beteiligt war. Das Interesse ging daher naturgemäß vorrangig von Sicherheitskräften aus. Die Polizei von *Tōkyō* begann zum Beispiel ab 1879 das japanische Fechten und ab 1883 das *Jūjutsu* wieder zu fördern.

(3) Aus Sicht der Leibeserziehung fanden *Kenjutsu* und *Jūjutsu* in Prof. ERWIN VON BAEZL einen großen Fürsprecher für die Einführung in den allgemeinen Schulunterricht. Die diesbezügliche Diskussion wird Gegenstand eines separaten Artikels (Arbeitstitel: „Der Weg des *Kōdōkan-Jūdō* in die Erziehungsinstitutionen“) dieser Reihe sein.

### Literatur (Auswahl)

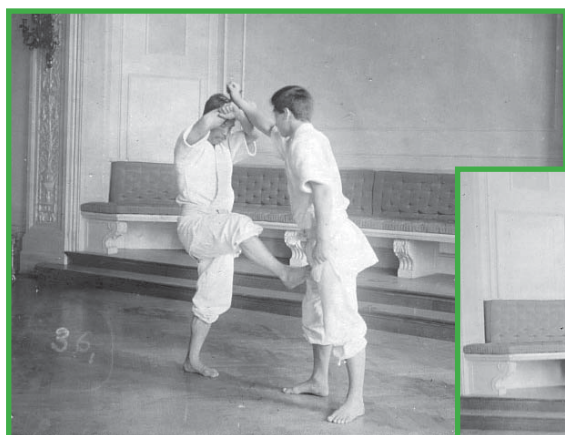
BENNETT, ALEX: *Jigorō Kanō and the Kōdōkan - an innovative Response to Modernisation*, Kōdōkan Jūdō Institute, 2009

DAIGO, TOSHIRŌ: *Wurftechniken des Kōdōkan Jūdō*, Verlag Dieter Born, 2009

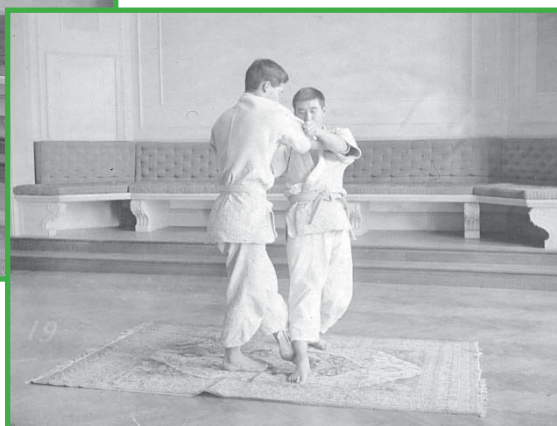
KANŌ, JIGORŌ: *Kōdōkan Jūdō*, Verlag Dieter Born, 2007

NIEHAUS, ANDREAS: *Leben und Werk Kanō Jigorōs (1860-1938)*, Ergon-Verlag, 2003

WATSON, BRIAN N.: *Jūdō Memoires of Jigorō Kanō*, Trafford-Verlag, 2008



Selbstverteidigung mit *Atemi-waza*



Bildquelle: YOSHITSUGU YAMASHITA Photograph Album (PH 006). Special Collections and University Archives, W.E.B. Du Bois Library, University of Massachusetts Amherst

*De-ashi-barai*

## TERMINPLAN

01.09.-15.10.2010

### WETTKÄMPFE

**04.09.2010**

DJB-Ranglistenturnier der Frauen und Männer in Kienbaum

**04.09.2010**

Bezirkseinzelseisterschaften der Frauen und Männer

**09.-13.09.2010**

Judo-Weltmeisterschaften der Frauen und Männer in Tokio/Japan

**11./12.09.2010**

„Bonn Open“ - Internationales Turnier für Frauen U 16, Männer U 16, Frauen U 19 und Männer U 19 in Bonn

**17.-19.09.2010**

Europameisterschaften der Frauen U 20 und Männer U 20 in Sofia/Bulgarien

**18.09.2010**

25. Internationaler Roland-Cup - Sichtungsturnier des DJB für die weibliche Jugend U 16 und Frauen U 19 in Bremen

**18.09.2010**

Bundesoffenes Sichtungsturnier der DJB für die männliche Jugend U 16 und Männer U 19 in Kienbaum

**18.09.2010**

Bezirksvereinsmannschaftsmeisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 14

**18.09.2010**

Bagira-Turnier für Behinderte in Dülmen

**19.09.2010**

Bezirksjahrgangsmeisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 12 und Bezirkssichtungsturniere 4. Schuljahr

**25./26.09.2010**

World-Cup der Männer in Almata/Kasachstan

**25./26.09.2010**

World-Cup der Frauen in Tashkent/Usbekistan

**02.10.2010**

Westdeutsche Einzelmeisterschaften der Frauen und Männer in Herne

**02.10.2010**

Internationales Turnier der Männer U 17 in Warschau/Polen

**02.10.2010**

3. Landesweites Special-Olympics-Judoturnier in Essen

**02./03.10.2010**

World-Cup der Männer in Rom/Italien

**02./03.10.2010**

World-Cup der Frauen in Birmingham/Großbritannien

**03.10.2010**

Westdeutsche Vereinsmannschaftsmeisterschaft der weiblichen Jugend U 14 in Witten

**03.10.2010**

Westdeutsche Vereinsmannschaftsmeisterschaft der männlichen Jugend U 14 in Bottrop

**03.10.2010**

Internationales Turnier der männlichen Jugend U 15 in Warschau/Polen

**07.-10.10.2010**

Europameisterschaften der Veteranen in Porec/Kroatien

**09.10.2010**

Landessichtungsturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 16 in Duisburg

**09.10.2010**

Internationales Turnier der männlichen Jugend U 15 in Zakopane/Polen

**09./10.10.2010**

World-Cup der Frauen in Baku/Aserbaidschan

**09./10.10.2010**

World-Cup der Männer in Minsk/Weißrussland

**10.10.2010**

Landessichtungsturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 13 in Duisburg

### LIGAKÄMPFE

**11.09.2010**

2. Judo-Bundesliga Männer, 6. Kampftag

**11.09.2010**

2. Judo-Bundesliga Frauen, 4. Kampftag

**11.09.2010**

Judo-Regionalliga Männer, 4. Kampftag

**11.09.2010**

Judo-Landesliga Männer, 1. Kampftag

**12.09.2010**

Judo-Regionalliga Frauen, 4. Kampftag

**12.09.2010**

Judo-Landesliga Frauen, 1. Kampftag

**18.09.2010**

1. Judo-Bundesliga Männer, 5. Kampftag

**18.09.2010**

2. Judo-Bundesliga Männer, 7. Kampftag

**19.09.2010**

Judo-Oberliga Frauen und Männer, 3. Kampftag

**25.09.2010**

1. Judo-Bundesliga Frauen, 3. Kampftag

**25.09.2010**

1. Judo-Bundesliga Männer, 6. Kampftag

**25.09.2010**

Judo-Oberliga Frauen und Männer, 4. Kampftag

**26.09.2010**

Judo-Landesliga Frauen und Männer, 2. Kampftag

**26.09.2010**

Judo-Bezirksliga Männer, 1. Kampftag

**03.10.2010**

Judo-Landesliga Frauen und Männer, 3. Kampftag

**09.10.2010**

1. Judo-Bundesliga Frauen, 4. Kampftag

**09.10.2010**

1. Judo-Bundesliga Männer, 7. Kampftag

**09.10.2010**

Judo-Bezirksliga Männer, 2. Kampftag

### RANDORI

**07.09.2010**

Landes- und Gruppenrandori der Frauen U 17, Männer U 17, Frauen U 20, Männer U 20, Frauen und Männer in Köln

**09.09.2010**

Landes- und Gruppenrandori der Frauen U 17, Männer U 17, Frauen U 20, Männer U 20, Frauen und Männer in Köln

**21.09.2010**

Landes- und Gruppenrandori der Frauen U 17, Männer U 17, Frauen U 20, Männer U 20, Frauen und Männer in Köln

### LEHRGÄNGE

#### LEISTUNGSSPORT

**28.08.-03.09.2010**

DJB-Kaderlehrgang der Frauen U 17 und Männer U 17 in Kienbaum

**11.-15.10.2010**

DJB-Förderlehrgang U 16 männlich und weiblich in Kienbaum



## QUALIFIZIERUNG

**04.09.2010**

Trainer C - Lizenzverlängerung Leistungs- und Breitensport - LG 07/10 - in Hagen

**05.-11.09.2010**

DJB-Trainer-B-Ausbildung in Köln

**11./12.09.2010**

Grundausbildung C für Trainer C - LG 22/10 - in Duisburg 1

**19.09.2010**

Trainer C - Lizenzverlängerung Leistungs- und Breitensport - LG 08/10 - in Paderborn

**19.-24.09.2010**

DJB-Trainer-A-Ausbildung Teil 1 in Köln

**25./26.09.2010**

Grundausbildung C für Trainer C - LG 22/10 - in Duisburg 2

**02.10.2010**

Trainer C - Lizenzverlängerung Breitensport - LG 09/10 - in Köln-Worringen

## BREITENSPORT

**10.-12.09.2010**

Ausbildung zum Trainerassistenten „Judo der Behinderten“ Teil 1 in Hennef

**12.09.2010**

Kader-Training „Judo der Behinderten“ in Leverkusen

**24.-26.09.2010**

Ausbildung zum Trainerassistenten „Judo der Behinderten“ Teil 2 in Hennef

**25.09.2010**

Aktionstag „Judo-Breitensport“ - LG 56/10 - in Hilden

**25.09.2010**

Fortbildung „Gesundheitsorientiertes Krafttraining“ - LG 57/10 - in Solingen

**02.10.2010**

Tageslehrgang „Judo spielend lernen“ - Programm für 5- bis 7-Jährige - LG 58/10 - in Jülich

## SONSTIGE

**04.09.2010**

Dan-Prüfung in Witten

**01.-10.10.2010**

Wettkampf- und Trainingsmaßnahme der männlichen Jugend U 15 in Warschau und Zakopane/Polen

**08.-10.10.2010**

5. Internationale Tübinger Judo-Schulsport-Fortbildung

# AUSSCHREIBUNGEN

Die Teilnahme richtet sich nach den jeweils gültigen Ordnungen!

Mit der Meldung zu einer Veranstaltung erklären sich die Teilnehmer mit der elektronischen Speicherung ihrer wettkampfrelevanten Daten und deren Veröffentlichung in Aushängen, im Internet und in sonstigen Publikationen des DJB sowie dessen Untergliederungen einverstanden. Gleiches gilt für Bilddokumentationen.

## GRUPPE

### Westdeutsche Einzelmeisterschaften der Frauen und Männer

**Ausrichter:** DSC Wanne-Eickel - Judo e.V., www.DSC-Judo.de

**Datum:** Samstag, 2. Oktober 2010.

**Ort:** Sporthalle im Sportpark, Im Sportpark, 44652 Herne (Stadtteil Eickel), Tel.: 0 23 25 / 3 33 39 (Halle der DEM U 20 2009/2010, mitten im Ruhrgebiet).

**Zeitplan:** 9.00 - 9.30 Uhr Waage Frauen -57, -63 kg, Männer -73, -81 kg. 10.00 Uhr Beginn. 11.00 - 11.30 Uhr Waage Frauen -52, -70 kg, Männer -66, -90 kg. ca. 12.00 Uhr Beginn. 13.30 - 14.00 Uhr Waage Frauen -48, -78, +78 kg, Männer -60, -100, +100 kg. ca. 14.30 Uhr Beginn.

**Matten:** 4.

**Modus:** KO-System mit doppelter Trostrunde, unter 10 Teilnehmern 4er- oder 5er-Pool.

**Meldung:** männlich und weiblich: 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 Meldung erfolgt durch die Bezirksfachwarte bzw. Bezirksfrauenwartinnen.

**Meldeschluss:** 27.9.2010 (Eingang).

**Meldegeld:** 10,00 € pro Teilnehmer, zu bezahlen nach den BEM bei der sportlichen Leitung vor Ort. Die sportliche Leitung überweist das Meldegeld auf das Konto des NWJV, Kto.-Nr. 1900018 bei der Sparda-Bank West eG, BLZ

360 605 91.

**Medizinische Betreuung:** NWJV-Verbandsarzt Dr. Wolfgang Groth.

**Kontaktadresse des Ausrichters:** Volker Gößling, Friedgrasstr. 63, 44652 Herne, Tel.: 0 23 25 / 6 09 34, Fax: 0 23 25 / 46 69 55, Mobil: 01 77 / 2 22 79 91, E-Mail: volker.goessling@dsc-judo.de

**Anreise:** A 43 Abfahrt Herne-Eickel, Richtung Eickel, geradeaus (Holsterhauser Straße, Dornburgerstraße, Kurhausstraße), an der kleinen Ampelkreuzung links in die Steinstraße, am Ende rechts, nach 50 m liegen links die Parkplätze;

A 42 Abfahrt Herne-Crange, Richtung Bochum (Dorstener Straße / B 226), an der Kreuzung Dorstener Straße/Holsterhauserstraße rechts in die Holsterhauserstraße, geradeaus (Holsterhauserstraße, Dornburgerstraße, Kurhausstraße), links in die Steinstraße, am Ende rechts, nach 50 m liegen links die Parkplätze; Bus und Bahn: Wanne-Eickel Hbf. bzw. Bochum Hbf., Straßenbahn Linie 306 in Richtung Bochum bzw. Wanne-Eickel, bis Haltestelle Sportpark, links von der Haltestelle liegt die Sporthalle.

**Eintrittspreise:** Erwachsene 3,00 €, Jugendliche (6-17 Jahre) 1,50 €, Kinder bis 5 Jahre frei.

### Westdeutsche Vereinsmannschaftsmeisterschaft der männlichen Jugend U 14

**Ausrichter:** JC 66 Bottrop e.V.

**Ort:** Dieter-Renz-Halle, Hans-Böckler-Straße/Ecke Parkstraße, 46236 Bottrop.

**Datum:** Sonntag, 3. Oktober 2010.

**Zeit:** Waage 9.00 - 9.45 Uhr.

**Matten:** 4 Matten 6 x 6 m.

**Meldung:** durch die Bezirksjugendleiter 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:** 75,00 € je Mannschaft, werden durch die Bezirksjugendleiter eingesammelt und auf das Konto des NWJV, Kto.-Nr. 1900018 bei der Sparda-Bank West eG, BLZ 360 605 91 überwiesen.

**Meldeschluss:** 27.9.2010 (Eingang).

**Ärztliche Betreuung:** Verbandsarzt Dr. Groth. **Ansprechpartner des Ausrichters:** Detlef Kaziur, Tilsiterstr. 21, 46238 Bottrop, E-Mail: detlef@kaziur.de, Tel.: 0 20 41 / 3 37 26.

**Anreise:** BAB 2 Abfahrt Bottrop, Richtung Stadtmitte, nach da. 2,5 km (hinter der Feuerwehr) rechts, Kreisverkehr links, 1. Straße rechts (Parkstraße), Halle am Ende der Straße linke Seite;

BAB 42 Abfahrt Bottrop-Süd, Richtung Bottrop, vor der Aral-Tankstelle links, nach dem Sportplatz auf der rechten Seite rechts in die Parkstraße, Halle liegt direkt auf der rechten Seite.

**Eintritt:** Erwachsene 1,00 €, Jugendliche frei.

## Westdeutsche Vereinsmannschaftsmeisterschaft der weiblichen Jugend U 14

**Ausrichter:** Sport-Union Annen e.V. Abt. Judo  
**Ort:** Hilgenbaumhalle, Opherdicker Str. 42, 59439 Holzwickede.

**Datum:** Sonntag, 3. Oktober 2010.

**Zeit:** Waage 9.00 - 9.45 Uhr.

**Mattenzahl:** 4 Matten 6 x 6 m.

**Meldungen:** durch die Bezirksjugendleiterinnen an die stellv. Verbandsjugendleiterin 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.

**Meldegeld:** 75,00 € je Mannschaft, werden durch die Bezirksjugendleiterinnen bei den BVMM eingesammelt und auf das Konto des NWJV, Kto.-Nr. 1900018 bei der Sparda-Bank West eG, BLZ 360 605 91 überwiesen.

**Meldeschluss:** 27.9.2010 (Eingang).

**Ärztliche Betreuung:** stellt Malteser Dienst.

**Ansprechpartner des Ausrichters:** Friedrich Salewsky, Pflugweg 68, 58454 Witten, Tel.: 0 23 02 / 4 88 57, Mobil: 01 77 / 6 47 98 73.

**Anreise:** A 1 Kreuz Dortmund/Unna, auf die B 1 in Richtung Dortmund/Essen, Abfahrt Holzwickede/Flughafen in Richtung Ortsmitte, dann Ausschilderung „Hilgenbaumhalle/Schulzentrum“ folgen.

# LAND

## 9. Landessichtungsturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 13 und U 16

**Ausrichter:** 1. Walsumer Judo-Club 1961 e.V., www.walsumer-jc.de

**Ort:** Dreifachsporthalle am Driesenbusch, Beckersloh 79, 47179 Duisburg.

**Zeitplan: Samstag, 9. Oktober 2010:** 10.00 - 10.30 Uhr Waage U 16 männlich -50, -55, -60, -66, -73 kg. 12.30 - 13.00 Uhr Waage U 16 männlich -40, -43, -46, -81, +81 kg. 14.00 - 14.30 Uhr Waage U 16 weiblich -48, -52, -57, -63 kg. 15.30 - 16.00 Uhr Waage U 16 weiblich -40, -44, -70, +70 kg. **Sonntag, 10. Oktober 2010:** 9.00 - 9.30 Uhr Waage U 13 männlich -37, -40, -43, -46, -50 kg. 11.30 - 12.00 Uhr Waage U 13 männlich -29, -31, -34, -55, +55 kg. 13.00 - 13.30 Uhr Waage U 13 weiblich -36, -40, -44, -48, -52 kg. 14.30 - 15.00 Uhr Waage U 13 weiblich -28, -30, -33, -57, +57 kg.

**Startberechtigung:** U 13: Jahrgänge 1998, 1999 und 2000. U 16: Jahrgänge 1995, 1996 und 1997.

**Hinweis:** In der U 13 wird nach den Wettkampfgeregeln der U 14 gekämpft. In der U 16 wird nach den Wettkampfgeregeln der U 17 gekämpft.

**Mattenzahl:** 5 Matten 6 x 6 m.

**Meldungen:** männlich: 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; weiblich: an die stellv. Verbandsjugendleiterin 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 Folgende Angaben sind bei der Meldung unbedingt anzugeben: Name, Vorname, Jahrgang, Verein, Gewichtsklasse, Kyu-Grad. Für die Meldung sollte der E-Melder benutzt werden.  
**Meldegeld:** 8,00 € je Teilnehmer/in, zu überweisen bis Meldeschluss auf das Konto Stadtsparkasse Duisburg, BLZ 350 500 00, Konto-Nr. 270016397. Folgende Angaben sind auf dem

Überweisungsträger einzutragen: Verein und Anzahl U 13 / U 16. Der Zahlungsnachweis ist vor Veranstaltungsbeginn vorzulegen. Nachmeldungen und verspätet eingehende Meldungen doppeltes Meldegeld.

**Meldeschluss:** 4.10.2010 (Eingang).

**Ärztliche Betreuung:** vom NWJV gestellter Arzt / Ärztin.

**Ansprechpartner des Ausrichters vor Ort:** Fabian Hagenacker, Mobil: 01 71 / 7 87 95 09, E-Mail: info@walsumer-jc.de

**Anreise:** A 2 / A 3 bis AK Duisburg-Kaiserberg, auf die A 40 Richtung Venlo, am AK Duisburg auf die A 59 Richtung Duisburg-Nord/Wesel bis zur Abfahrt Duisburg-Walsum, links Richtung Walsum-Mitte, an der 5. Ampel rechts auf die B 8 (Richtung Wesel), an der nächsten Ampel links, nach 100 m rechts (Beckersloh). Bitte Hinweisschilder „Dreifachturnhalle“ beachten.

**Eintrittspreise:** Erwachsene 2,50 €, Jugendliche (11-17 Jahre) 1,00 €, Kinder (bis 10 Jahre) frei.

## 33. Kampfrichterlehrgang für weibliche Judokas

Der Lehrgang dient dem Kennenlernen der Kampfregeln, als erforderlicher Kampfrichterlehrgang für die Trainer-C-Ausbildung und für Dan-Anwärterinnen sowie als erster Grundlehrgang zur Erlangung der Kampfrichter-Lizenz. Doch auch bereits lizenzierte Kampfrichterinnen sind zu ihrer persönlichen Weiterbildung herzlich eingeladen. Dieser Lehrgang gilt auch für die Lizenzzerhaltung.

**Ort:** Hagen, Dojo des JK Hagen, Heinitzstr. 12 (Autobahnzubringer Hagen vom Hagener Kreuz, A 45 Sauerlandlinie)

**Termin:** Beginn: Samstag, 4. Dezember 2010, 10.00 Uhr. Ende: Sonntag, 5. Dezember 2010, 16.00 Uhr.

**Anmeldung:** formlos, telefonisch oder E-Mail mit Angabe, ob übernachtet wird, bis 30.10.2010 an Hans-Werner Krämer, Bergfriederstr. 18, 57080 Siegen, privat: Tel.: 02 71 / 39 27 78, Fax: 02 71 / 2 33 86 79, E-Mail: goli.kraemer@freenet.de; dienstlich: Tel.: 02 71 / 5 84 - 21 45, Fax: 02 71 / 5 84 - 26 24, E-Mail: Hans-Werner.Kraemer@rwe.com

**Unterkunft:** Hotel Auf'm Kamp, Selbecker Stieg 26, 58091 Hagen, Tel.: 0 23 31 / 7 72 47.

**Kosten:** 10,00 €, zu zahlen beim Lehrgang. Fahrtkosten können nicht erstattet werden. Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung trägt der NWJV.

**Referenten:** Pia Unrath, Dieter Bruns und Hans-Werner Krämer.

**Voraussetzungen:** Alter 17 Jahre, mindestens 3. Kyu, Mitglied in einem Verein des NWJV.

**Mitzubringen:** gültiger Judopass, evtl. KR-Ausweis, Judoanzug, Schreibzeug, Saunatuch (kostenlose Sauna-Benutzung).

### Ausschreibungen ...

... können nur veröffentlicht werden, wenn sie vom zuständigen Funktionsträger der jeweiligen Ebene unterschrieben sind bzw. dieser als E-Mail-Absender eindeutig zu erkennen ist.

... werden grundsätzlich nur einmal veröffentlicht. Eine zweite Veröffentlichung ist gegen Kostenerstattung möglich.

# BEZIRKE

## Düsseldorf

### Bezirkssichtungsturnier für Judokas der 4. Schulklasse und

### Bezirksjahrgangsmeisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 12

**Ausrichter:** Judoclub Fischeln e.V.

**Datum:** Samstag, 18. September 2010.

**Ort:** Turnhalle des Marie-Sibilla-Merian-Gymnasiums, Johannes-Blum-Str. 101, 47807 Krefeld.

**Zeitplan:** 11.30 - 12.00 Uhr Waage 4. Schuljahr männlich und weiblich. 13.30 - 14.00 Uhr Waage Jugend U 12 männlich und weiblich.

**Startberechtigung 4. Schuljahr:** Viertklässler der Jahrgänge 2000 und 2001 ab Weißgelbgurt.

Andere Jahrgänge müssen den Nachweis erbringen, dass sie im 4. Schuljahr sind. Judokas, die keinem Verein angehören (Schulsport-AG) müssen eine Genehmigung der Schule zur Teilnahme vorlegen und den 8. Kyu nachweisen.

**Startberechtigung U 12:** nur Jahrgang 1999.

**Mattenzahl:** 2 Matten 6 x 6 m.

**Meldung:** bis 13.9.2010: weiblich: an Bezirksjugendleiterin Wilma Henskes, Dülkener Str. 10, 41068 Mönchengladbach; männlich: an Bezirksjugendleiter Gerhard Müller, Wevelinghovener Str. 9, 41515 Grevenbroich.

**Meldegeld:** 6,00 € pro Teilnehmer/in, auf das Konto des JC Fischeln, Kto.-Nr. 2180999011, BLZ 320 603 62, Volksbank Krefeld. Meldung verpflichtet zur Zahlung. Für Nachmeldungen und verspätet eingehende Meldungen wird doppeltes Meldegeld erhoben.

**Anreise:** A 57 Richtung Nimwegen, Abfahrt Krefeld-Opum, auf die Untergath Straße (an Degussa-Stockhausen vorbei), an der 8. Kreuzung links in die Kölnerstraße (B 9), nach der 1. Ampel nächste Seitenstraße links (schräg gegenüber Schwimmbad) in die Johann-Blum-Straße. Die Halle und der Parkplatz liegen am Ende der Straße;

A 44 Richtung Düsseldorf Flughafen, Abfahrt Meerbusch-Osterath/Krefeld-Fischeln, auf die B 9 Richtung Krefeld-Fischeln, nach der 6. Ampel rechts (schräg gegenüber Schwimmbad) in die Johann-Blum-Straße.

**Hinweis:** Jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer erhält an der Waage eine Freikarte zum Bundesligakampf 1. Judo-Club Mönchengladbach gegen den Deutschen Vizemeister, das Hamburger Judo-Team, der ab 17:00 Uhr in der selben Halle vor Ort stattfindet.

### Bezirksvereinsmannschaftsmeisterschaften der männlichen und weiblichen Jugend U 14

**Ausrichter:** Judoclub Fischeln e.V.

**Datum:** Sonntag, 19. September 2010.

**Ort:** Turnhalle des Marie-Sibilla-Merian-Gymnasiums, Johannes-Blum-Str. 101, 47807 Krefeld.

**Zeitplan:** 9.30 - 10.00 Uhr Waage Jugend U 14 männlich. 12.30 - 13.00 Uhr Waage Jugend U 14 weiblich.

**Mattenzahl:** 3 Matten 6 x 6 m.

**Meldung:** bis 13.9.2010 weiblich und männlich an Bezirksjugendleiter Gerhard Müller, Wevelinghovener Str. 9, 41515 Grevenbroich.

**Meldegeld:** 60,00 €, auf das Konto des JC Fischeln, Kto.-Nr. 2180999011, BLZ 320 603



62, Volksbank Krefeld. Meldung verpflichtet zur Zahlung. Für Nachmeldungen und verspätet eingehende Meldungen wird doppeltes Meldegeld erhoben.

**Anreise:** siehe „Bezirkssichtungsturnier für Judokas der 4. Schulklasse und Bezirksjahrgangsmesterschaften U 12“.

**Hinweis:** Das Meldegeld für die Qualifizierten zu den WdVMM muss am Wettkampftag bezahlt werden.

## Münster

### 30. Bezirkspokalturnier und Einladungsturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 14, Frauen U 17 und Männer U 17

**Ausrichter:** Judogemeinschaft Ladbergen 1974 e.V.

**Ort:** Sporthalle II, Auf dem Rott, 49549 Ladbergen.

**Tag:** Sonntag, 26. September 2010.

**Zeitplan:** 9.00 - 9.30 Uhr Waage Jugend U 14 männlich und weiblich. 14.00 - 14.30 Uhr Waage Frauen U 17 und Männer U 17.

**Mattenzahl:** 4.

**Meldegeld:** 7,50 € je Teilnehmer, zu überweisen auf das Konto der JG Ladbergen, Kreissparkasse Steinfurt, BLZ 403 510 60, Kto.Nr. 5005198. Der Überweisungsbeleg ist dem Ausrichter vor Beginn der Veranstaltung vorzulegen und muss den Namen des Vereins und die Teilnehmerzahl enthalten. Die Meldung verpflichtet zur Zahlung. Bei Nachmeldungen doppeltes Meldegeld.

**Meldeschluss:** 20.9.2010.

**Meldungen:** männlich: an Thomas Schwemmer, E-Mail: SchwemmerT@aol.com; weiblich: an Simone Liebetrau, E-Mail: simonieliebetrau@web.de. Für die Meldung sollte der E-Melder benutzt werden.

**Eingeladene Vereine:** Osnabrücker TB, Spvg Fürstenau, Börde Union, Crocodiles Osnabrück, SSV Ohne. Veränderungen bei den Gastvereinen sind bei Absagen möglich.

## KREISE

### Essen

#### Kreiseinzel-Pokalturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 11 und U 14

**Ausrichter:** Judo-Club Altenessen e.V.

**Ort:** Turnhalle Rahmstr. 174, 45326 Essen.

**Zeitplan: Samstag, 25. September 2010:** 12.30 - 13.00 Uhr Waage Jugend U 14 männlich. 15.00 - 15.30 Uhr Waage Jugend U 14 weiblich. **Sonntag, 26. September 2010:** 9.30 - 10.00 Uhr Waage Jugend U 11 männlich. 12.00 - 12.30 Uhr Waage Jugend U 11 weiblich.

**Mattenzahl:** 2 Matten 5 x 5 m.

**Meldegeld:** 7,00 €, zahlbar vor der Waage.

**Meldung:** am Wettkampftag an der Waage mit ausgefüllter Startkarte. Die Teilnehmerzahl bitte vorab melden an stefan@jca-essen.de

**Ansprechpartner des Ausrichters:** während der Veranstaltung: 01 73 / 2 74 93 00 oder 01 73 / 5 18 27 66.

## Recklinghausen

### Burkhard-Annutsch-Turnier - Kreisturnier der männlichen und weiblichen Jugend U 11 und U 14

**Ausrichter:** JC 66 Bottrop e.V.

**Ort:** Sporthalle der August-Everding-Realschule, Gorch-Fock-Str. 21, 46242 Bottrop.

**Datum:** Sonntag, 12. September 2010.

**Zeitplan:** 9.00 - 9.30 Uhr Waage Jugend U 11 männlich und weiblich. 12.00 - 12.30 Uhr Waage Jugend U 14 männlich und weiblich.

**Matten:** 3 Matten 5 x 5 m.

**Meldung:** an Thomas Käfke, Heinrich-Keller-Str. 2, 44627 Herne oder per E-Mail: kaefke@t-online.de

**Meldeschluss:** 6.9.2010 (Datum des Poststempels).

**Eingeladener Verein:** De hechte Band - Mierlo/NL.

**Meldegeld:** 6,00 €, mit der Meldung zu zahlen.

**Ansprechpartner des Vereins:** Detlef Kaziur, Tilsiter Str 21, 46238 Bottrop, E-Mail: detlef@kaziur.de

**Anreise:** BAB 2 Abfahrt Oberhausen-Königshardt, (Nr. 2), links, nächste Ampel links, nächste Ampel rechts, nach ca. 800 m rechts in die Gorch-Fock-Straße. Parkplatz ist sofort links (Hollandfahrer: am Oberhausener Kreuz auf die A 2 in Richtung Hannover, nächste Ausfahrt ist Oberhausen-Königshardt).

**Eintritt:** Erwachsene 1,00 €, Jugendliche frei.

der budoka

ISSN 0948-4124

Bestellschein / Einzugsermächtigung

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

Name:

Vorname:

Straße:

PLZ:

Wohnort:

Kontonummer:

Bankleitzahl:

Name des Geldinstituts:

Kontoinhaber:

Datum/Unterschrift:

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

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

## Kinderlehrgang

### Prüfung beim KSV Moers

Kurz vor den Sommerferien an einem Samstag investierte der Aikido-Nachwuchs des KSV Moers (Kinder von sechs bis 14 Jahren) in der Turnhalle der Geschwister-Scholl-Gesamtschule in Moers nochmal drei Stunden voller Energie und Konzentration in die Weiterbildung ihres Sportes. Beim zweimal jährlich stattfindenden Kinderlehrgang der Aikido-Abteilung des KSV konnten die Moerser diesmal auch Gäste aus Essen begrüßen.

Den Anfang machte Oliver Drev, 2. Dan (Tendoryu-Aikido), mit einem eineinviertelstündigen, kindgerecht angebotenen Lehrgang. Eine komplizierte Technik, aufgeteilt

in zwei einzelne Bewegungen, stellte die Kinder vor eine mehr oder weniger große, aber auf jeden Fall lösbare Aufgabe. Daher schauten alle sehr gespannt zu und machten alles mit Begeisterung nach. Die zusammengesetzte Technik führte er dann mit einem Jugendlichen vor, der selbst jahrelang in der Kindergruppe gelernt und trainiert hat und schon zum Vorbild für die Kleineren geworden ist. Eine Variation der Technik mit freiem Fall zum Abschluss stellte natürlich kein Problem dar und ließ die Kinder staunen. Das brauchen sie natürlich noch nicht zu können. Zwischendurch zeigte Oliver Drev anschaulich und mit viel Witz,

Hilfestellung vom Trainer



Das „kleine“ große Vorbild der Kinder



Zuschauen ...

warum eine vorgeführte Technik bei dem ein oder anderen Kämpfer schon mal nicht so auf Antrieb funktionieren will. Selbst die Jüngsten von ihnen waren so ganz bei der Sache.

Der zweite Teil des Nachmittages begann mit einer kleinen Demo. Volker Marczo, Trainer in der Erwachsenen-Gruppe, und Oliver gaben eine kleine Kostprobe ihres Könnens. Schnelle ernsthafte Angriffe, reflexartiges Eintreten zum Partner hin, Werfen und freies Fallen, flüssige Aktionen und Reaktionen. „Und das macht ihr jetzt bitte alle mal nach!“ Wenn alle so eifrig weiterüben, dauert das nicht mehr ganz so lange, bis sie das auch können, so die Einschätzung von Volker. Die Kinder waren beeindruckt. Danach waren sie wieder ganz konzentriert und voller Elan bei der Sache und das geplante Prüfungsprogramm, an dem

alle teilnehmen sollten, konnte starten. Fragen zu Dojo-Regeln beantworten, Rollen vor und rückwärts zeigen und eingeübte Techniken vorführen. Voll konzentriert und ernsthaft sind sie bei der Sache und fragen doch am Ende: „War das jetzt schon die Prüfung?“. Ursprünglich für nur einige Kinder geplant, hatte so schließlich die ganze Gruppe ihre nächste Graduierungsurkunde in der Hand. Da haben die Kinder die Erwachsenen mal überrascht. Aber so richtig.

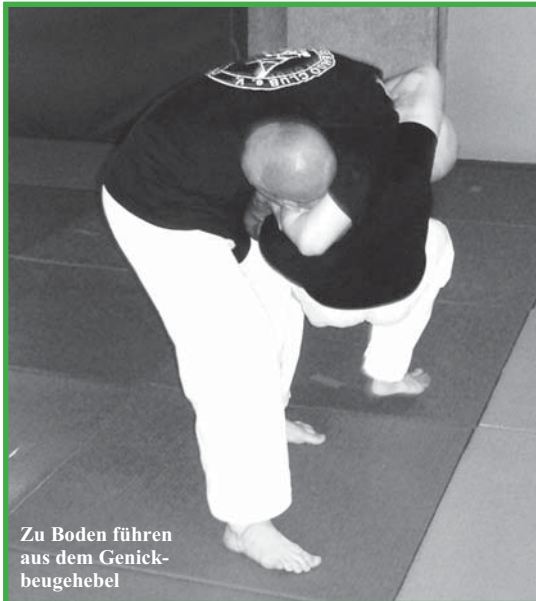
Bei so viel „Arbeit“ durfte der Spaß nicht zu kurz kommen. Zum Schluss freuten sich alle auf ein kleines Sumoturnier: einmal der Größe nach, dann aber wurde auch mit einem Wunschpartner gerungen. Hier wollten die Kleinen die Großen einmal „ordentlich“ testen.

Mehr Bilder zum Lehrgang auf der Homepage unter [www.aikido-dojo-Moers.de](http://www.aikido-dojo-Moers.de).



... und nachmachen!





Zu Boden führen aus dem Genickbeugehebel



Weiterführung in der Bodenlage

## Grappling-Lehrgang

Der 3. Dan-Speziallehrgang war als Grappling-Lehrgang ausgeschrieben und extra auch für alle Kyu-Grade geöffnet worden. Einen Tag nach dem grandiosen deutschen Sieg gegen Argentinien und bei schönem Wetter kamen doch zehn Teilnehmer zu diesem Lehrgang. Leider waren aber keine niedrigen Kyu-Grade gekommen, um diesen interessanten Lehrgang zu besuchen. Der Lehrgang wurde bewusst nur mit T-Shirt und langer Hose durchgeführt, damit man

nicht die Judojacke oder die Ärmel als Hilfsmittel für seine Techniken benutzen kann. Die beiden Referenten Ralf Müller (5. Dan Goshin-Jitsu, 1. Dan Karate) und Hilker Tschöpe-Kurtoglu (3. Dan Goshin-Jitsu, 1. Dan Judo, Free Fight Instructor) hatten sich ein sehr abwechslungsreiches und für jeden Teilnehmer schweißtreibendes Programm ausgedacht.

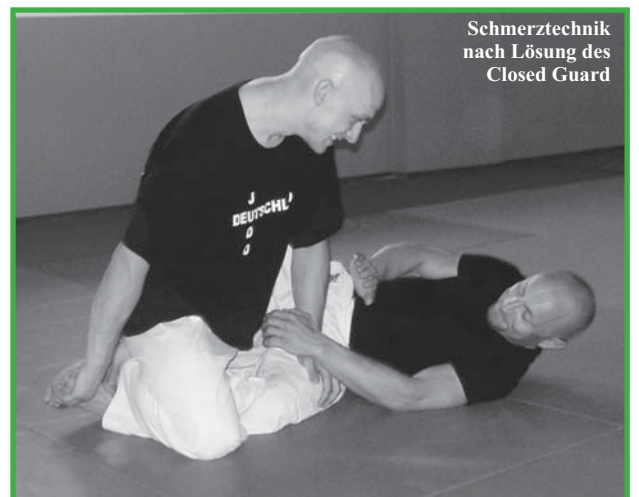
Zunächst begann Hilker mit einem leichten und spezifischen Aufwärmtraining für den Bodenkampf. Danach ging er direkt zu den ersten Techniken über. Hier erläuterte er zunächst den Clinch im Stand, d.h. Tori und Uke fassen sich gegenseitig

hinten das Genick und an den Armen. Hier gilt es, Kontrolle über den Gegner auszuüben und sich eine vorteilhafte Position zu erarbeiten. Hilker zeigte zunächst aus dem Clinch den Genickbeugehebel und erarbeitete daraus Gegentechniken und Weiterführungstechniken, die bis in die Bodenlage geführt wurden. Am Boden wurde dann mit Hebeltechniken der Gegner zur Aufgabe gezwungen. Danach wurde freies Bodenrondori durchgeführt. Nach einer kleinen Trinkpause ging es mit Ralf weiter. Ralf zeigte Techniken aus dem Half Guard. Hier zeigte Ralf Abwehrtechniken gegen den Half Guard, insbesondere

den Kniestreckhebel und einen Fußdrehhebel. Von dem Half Guard kam Ralf zu Banktechniken (Turtel Position). Hier zeigte Ralf verschiedene Würgetechniken, u.a. Brabo Choke. Weitere Techniken wurden noch aus dem Reitsitz (Mount), dem Closed Guard und dem Butterfly Guard entwickelt. Der Lehrgang hat allen Teilnehmern sichtlich viel Spaß bereitet und alle T-Shirts waren durchgeschwitzt. Das Grappling wird im Goshin-Jitsu Verband sicher weiter verfolgt und ausgebaut werden.



Weiterführung in der Bodenlage



Schmerztechnik nach Lösung des Closed Guard



Grappling-Lehrgang: Würger im Reitsitz

## Ausschreibungen

### 2. Dan-Vorbereitungslehrgang

**Veranstalter/Ausrichter:** Goshin-Jitsu Verband NW e.V.  
**Leiter:** Günter Tebbe und Peter Kloiber.  
**Datum:** Samstag/Sonntag, 11./12. September 2010.  
**Zeit:** Achtung! Beide Tage ab 10.00 Uhr.  
**Ort:** 50827 Köln-Bickendorf, Rochusstr. 145, dortige Montessorischule.  
**Referent:** Günter Tebbe (7. Dan Goshin-Jitsu), Peter Kloiber (6. Dan Goshin-Jitsu) und Heinz Hecker (5. Dan Goshin-Jitsu).  
**Sonstiges:** Dan-Vorbereitungslehrgänge sind Pflichtlehrgänge für alle diejenigen, die am Samstag, 20. November 2010, an der Dan-Prüfung teilnehmen wollen. Voraussetzung für die Teilnahme an den Dan-Vorbereitungslehrgängen ist u.a. die fristgerechte Anmeldung zur Dan-Prüfung 2010 (bis zum 30.4.2010) beim Prüfungsreferenten Peter Kloiber. Fragen zu den Dan-Vorbereitungslehrgängen und zur Dan-Prüfung sind an die Geschäftsstelle des Verbandes oder direkt an Peter Kloiber, Tel.: 02 21 / 5 90 25 27, zu richten.

Nach dem erfolgreichen und mit 64 Kindern das bisher größte Fun- und Sportweekend 2009 ist es wieder soweit

### Fun- und Sportweekend 2010 (Kinder- und Jugendmaßnahme)

**Veranstalter:** Goshin-Jitsu Verband NW e.V.  
**Ausrichter/Verantwortlicher:** Goshin-Jitsu Abteilung des TV Dellbrück 1895 e.V.  
**Datum:** Samstag, 11. September 2010, 14.00 Uhr bis Sonntag, 12. September 12.00 Uhr.  
**Ort/Treffpunkt:** Turnhalle Mielenforsterstr. 40, 51069 Köln-Dellbrück.  
**Leiter:** Hilker-Josef Tschoepe-Kurtoglu, Tel.: 01 78 / 4 57 78 44.  
**Anmeldungen:** mündlich oder schriftlich bei dem Leiter; weitere Formalitäten und Infos können bei dem Leiter erfragt werden.  
**Programm:** Wie auch in den letzten Jahren werden auf zwei Mattenflächen je drei Trainingseinheiten (Einteilung in Altersgruppen) in verschiedenen Kampfsportarten angeboten. Es sind keinerlei Vorkenntnisse im Kampfsport erforderlich. Es geht hier ausschließlich um den Spaß und das Kennenlernen der verschiedenen Sportarten. Nach dem Training/Abendmahl findet dann eine größere Nachtwanderung statt. Im Anschluss daran werden die Schlafplätze zugeteilt und es kann noch altersgerecht mit dem Kinoabend begonnen werden. Am Sonntag findet dann das Japanische Turnier mit anschließender Siegerehrung statt.  
**Kosten:** Die Kosten für Über-

## 1. Dan-Vorbereitungslehrgang

Zur diesjährigen Dan-Prüfung haben sich nur drei (!) Teilnehmer angemeldet. Diese erschienen auch pünktlich zum 1. Dan-Vorbereitungslehrgang des Jahres. Unter der Leitung des Prüfungsreferenten Peter Kloiber (6. Dan Goshin-Jitsu) wurde intensiv das Technikprogramm des 1. Dan und die Vorkenntnisse aus den Kyu-Bereichen trainiert. Im zweiten

Teil ging es in die Praxis (Griffabelle). Zur diesjährigen Dan-Prüfung haben sich angemeldet:

1. Sören Schilde zum 1. Dan Lehrprobe: Kipphandhebel
2. Volker Axmann zum 1. Dan Lehrprobe: Hüftwurf
3. Johannes Dahms zum 1. Dan

Der zweite Dan-Vorbereitungslehrgang findet am 11./12. September 2010 statt. Dort werden auch die Lehrproben abgenommen. Die Dan-Prüfung findet am 20. November 2010 statt.

nachtung, Essen und Trinken, Medaillen/Urkunden und Pokale für die Turniergewinner betragen 12,00 €. Diese sind mit der Anmeldung zu bezahlen.  
**Sonstiges:** Tatkräftige Unterstützung von Seiten der Eltern wird gerne angenommen (für das leibliche Wohl am Abend ist gesorgt); aufgrund der Hallengröße ist die Teilnehmerzahl begrenzt; übernachtet wird in der Turnhalle; Schlafsäcke oder Decke und Waschzeug bitte nicht vergessen.

### Landeslehrgang

**Veranstalter:** Goshin-Jitsu Verband NW e.V.  
**Ausrichter/Verantwortlicher:** 1. Bocklemünder JC e.V.  
**Datum:** Samstag, 25. September 2010.  
**Zeit:** 14.00 Uhr.  
**Ort:** 50829 Köln-Bocklemünd-Mengenich, Görlinger Zentrum 45, Max-Ernst-Gesamtschule, Turnhallen Tollerstraße.  
**Leiter:** Günter Tebbe (Verbandsvorsitzender) und Peter Kloiber (Prüfungsreferent).  
**Referent:** Uwe Bender (Aikido).  
**Thema:** Aikido-Techniken.  
**Anreise:** aus Richtung Norden, Süden, Osten oder Westen kommend auf die A 1 fahren bis Abfahrt Bocklemünd, dann auf die Venloer Straße Richtung Köln-Mitte auffahren, diese ca. 1,5 km bis zum Militärring fahren, auf den Militärring links auffahren bis zur zweiten Ampelkreuzung links in den Buschweg (Vorsicht abknickende Vorfahrtstraße), danach links in den Schumacherring bis zur Kurve, in der Kurve geradeaus, Parkplätze benutzen.

**Sonstiges:** Zu den Landeslehrgängen werden nur Jugendliche über 10 Jahre zugelassen. Messer, Kurz-, Langstock (Hanbo) und Pistole sind mitzubringen.

### Bezirkslehrgang/Hanbo-Intensivlehrgang

**Veranstalter:** Goshin-Jitsu Verband NW e.V. in Zusammenarbeit mit dem Kobudo-Verband Deutschland.  
**Ausrichter/Verantwortlicher:** JJJC Yamanashi e.V.  
**Datum:** Samstag, 6. November 2010.  
**Zeit:** 14.00 - ca. 18.00 Uhr.  
**Ort:** LLZ des Goshin-Jitsu Verbandes NW e.V., Judo Ju-Jutsu Club Yamanashi e.V., Hohe Str. 1, 51149 Köln-Porz-Ensen, Tel.: 0 22 03 / 1 20 10.  
**Referenten:** Steven Utracik (5. Dan Judo, 2. Dan Kobudo, 3. Dan Hanbo-Jutsu), Peter Debitsch (5. Dan Goshin-Jitsu, 1. Kyu Kobudo, 2. Kyu Hanbo-Jutsu).  
**Themen:** Einführung in das Hanbo-Jutsu für Einsteiger/Anfänger; Kumites bis zum 1. Kyu Hanbo-Jutsu.  
**Sonstiges:** Der Lehrgang ist für alle Kyu-Grade offen; Hanbos sind mitzubringen; im LLZ stehen einige Hanbos zur Verfügung; Bezirkslehrgänge werden wie Dan-Speziallehrgänge im Pass eingetragen und zählen auch wie Dan-Speziallehrgänge für eine Dan-Prüfung; Fragen zu dem Lehrgang können an Peter Debitsch, Tel.: 0 22 03 / 5 12 47 oder E-Mail: nc-debitspe@netcologne.de gestellt werden. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung!





Eine Zeitung  
als Waffe

## Waffen im Hapkido

### Teil 2

#### Der Gebrauch der Waffen

Im Hapkido ist der Umgang mit Waffen durch festgelegte technische und philosophische Qualitäten bestimmt. Einfach zu verstehen ist es aus technischer Sicht, denn Waffen sind in ihrer Konzeption als Verlängerung des Armes oder Körpers einsetzbar und die Technik erfolgt auf Basis derselben physikalischen Prinzipien wie ohne Waffen. Die zugrundeliegende Denkweise beim Gebrauch lässt sich mit drei Worten beschreiben, nämlich praktisch, vielseitig und human.

#### Praxisnah: Gebrauch realer, einsetzbarer Gegenstände

Die im Hapkido eingesetzten Waffen sind ursprünglich in ihrer praktischen Verwendung und Bedeutung für die unterschiedlichsten Situationen des modernen Lebens ausgewählt

worden. Demzufolge sind Hapkido-Waffen keine erfundenen Produkte, kompliziert oder teuer, vielmehr sind es einfache, nützliche und harmlose Gebrauchsgegenstände. Von ihrem Ursprung her kann man sie eher den Werkzeugen zuordnen, zusammenfassend gesagt, Hapkido-Waffen stellen gewöhnliche Objekte des täglichen Lebens dar.

#### Vielseitigkeit: Alles ist eine Waffe

Aus der Sicht eines erfahrenen Hapkidomeisters kann praktisch alles zu einer Waffe werden. Wenn man die oben aufgeführten Hapkido-Waffen beherrscht, besitzt man eine große Bandbreite an Techniken, so dass man so gut wie jeden Gegenstand als Waffe nutzen kann. Demzufolge hat das Waffentraining im Hapkido zwei Ziele:

1. Das Erlernen des Umgangs mit der speziellen Waffe durch Erfahrung.
2. Die Vermittlung grundlegender Prinzipien und Mechanismen, wie man demzufolge zahlreiche Gebrauchsgegenstände nutzen und als Waffe gebrauchen kann.

Zum Beispiel können Techniken mit dem Krückstock auch wahlweise mit einem Regenschirm oder einem mittellangen Stock eingesetzt werden. Kurzstock-Techniken lassen sich auch mit einer zusammengerollten Zeitung, einem Rohr, einem Werkzeug oder jedem Gegenstand, welcher ähnliche physische Eigenschaften besitzt, anwenden.

Eine besondere Stellung hat das Schwert inne. Mit Sicherheit ist es eine antiquierte Waffe und deren Studium hauptsächlich nur von historischem Wert. Das Training mit dem Schwert

fördert jedoch einerseits in hohem Maße nicht nur die körperlichen Eigenschaften, wie Kraft, Fokussieren der Kraft, Präzision und Ausdauer, sondern andererseits die geistigen Eigenschaften wie Konzentration, Entschlossenheit, Beharrlichkeit und Selbstdisziplin. Beherrscht man das Schwert, ist es danach ein Leichtes, Techniken mit einem mittellangen Stock anzuwenden.

Durch das Studium der Waffentechniken im Hapkido verlieren die speziellen physischen Eigenschaften der einzelnen Waffen ihre Bedeutung und die Möglichkeit ihrer Anwendung mit anderen Mitteln tritt in den Vordergrund. So ist es nicht zielführend, sich auf nur eine Bauart oder eine persönliche Neigung zu spezialisieren, da man sich selber von der Einsatzmöglichkeit einer Waffe abhängig macht und im Falle

eines Kampfes Grenzen setzt.

**Humanität: Handlung muss verhältnismäßig sein**

Der Anspruch an Hapkido als eine Selbstverteidigung muss bei jeder Technik der Frage auf Verhältnismäßigkeit in hoher Priorität standhalten. Dieses gilt insbesondere bei der Verwendung von Waffen. Grundsätzlich ist es das Ziel einer Selbstverteidigungstechnik, den Angreifer ohne ernsthafte Verletzungen auszuschalten. Obwohl auch Techniken mit stärkeren Wirkungen trainiert werden, sind diese wirklich nur für lebensbedrohliche Situationen gedacht. Jedem Hapkido-Inn muss bewusst sein, dass er jeden Schlag mit einer Waffe gegebenenfalls vor einem Gericht zu verantworten hat, besonders dann, wenn der Angreifer unbewaffnet ist. Auch wenn man sich moralisch im Recht sieht, bedeutet dies nicht automatisch, dass die Rechtsprechung genauso urteilt.



Stocktechnik, umgesetzt mit einem Regenschirm

**Das Waffentraining**

Das Waffentraining im Hapkido basiert auf Fähigkeiten, die man vorher mit waffenlosen Techniken erworben hat. Wenn man diese Erfahrung nicht besitzt, kann dies zu Frustrationen führen. Weil überdies der falsche Gebrauch einer Waffe zu eigenen oder Verletzungen an anderen führen kann, beginnt deshalb in der Regel das Waffentraining im Hapkido erst ab dem schwarzen Gürtel. In diesem Grad sollte der Schüler bereits eine adäquate körperliche und geistige Reife und Selbstbeherrschung entwickelt haben.

Hapkido-Waffentraining umfasst nicht die historischen, rituellen Elemente, wie man sie in vielen anderen Kampfkünsten findet. Stattdessen konzentriert sich das Training auf die Ausbildung spezieller offensiver und defensiver Fähigkeiten, die man dann in der Vielfalt der Selbstverteidigungssituationen anwenden kann. Man muss sich darüber im Klaren sein, dass das Erlernen des Beherrschens einer Waffe Jahre bedarf und selbst dann ist die Führung der Waffe nicht einfach. Unter den verschiedenen Hapkido-Systemen gibt es heute einige Kontroversen, welche Waffe welchem Gürtel zuzuordnen ist. Früher wurden Waffentechniken erst nach dem 4. Dan trainiert, in manchen Verbänden sogar erst im 7. und 8. Dan.

Der Einsatz von Ki-Hap und „Kraftvolle Hände“ ist bei jedem Umgang mit der Waffe selbstverständlich genauso wichtig wie bei waffenlosen Techniken und Bestandteil jedes Waffentrainings. Der Unterricht verlangt jederzeit Konzentration und sorgfältiges Ausführen der Bewegungen. Fehlerhafte Anwendung einer Waffe kann ernsthafte Verletzungen verursachen.

**Detlef Klos**



Langstockform von Meister Holger Becker bei der EM



Jiu-Jitsu in Tokio

## Über ein Training im Kodokan

Zusammen mit Brigitte Kahnt (1. Dan) reiste ich zwei Wochen nach Japan. Urlaub war aber nicht der einzige Grund, in 's Land der aufgehenden Sonne zu reisen. Einmal in den „heiligen Hallen“ des Kodokan zu trainieren war ein Wunsch, der auch in Erfüllung gehen sollte.

Während wir in Tokio waren, organisierte ein befreundeter Sportler, Thomas Beyer vom Judoka Wattenscheid, einen Trainingstermin im Kodokan. Beim Kodokan handelt es sich um ein normales, hässliches Gebäude mitten in Tokio, in der Nähe des Tokio Dome und eines Vergnügungsparks. Wir trafen uns abends dort, um gemeinsam einmal Judo an seinem Geburtsort zu trainieren und wurden im Büro in die Örtlichkeiten eingewiesen. Mit einer Wegbeschreibung des Gebäudes und einem Zettel mit Dojo-Etiketten in der Hand machten wir uns auf den Weg zur Umkleidekabine. Der Herr, der uns genau zeigen wollte, wohin wir gehören, hatte dann auch das gleiche Problem wie schon die Angestellte im Büro. Nämlich, welche Graduierung wir haben.

Hier muss ich folgendes ausführen: Schon in einem Schwertladen in Kyoto war mir aufgefallen, dass es die Bezeichnung Jiu Jitsu/Jujutsu in Japan so nicht gibt. Jiu Jitsu/Jujutsu ist immer ein Bestandteil einer ganzheitlichen Kriegskunstschule (Bujutsu ryu), oder es wird als ein System unter dem Namen eines bestimmten Stils, wie zum Beispiel dem Daito ryu, ausgeübt. Auch alte Bezeichnungen wie Yawara kommen vor, nicht jedoch Jiu Jitsu/Jujutsu.

Obwohl ich mich schon sehr lange mit Geschichte und Philosophie der Kampfkünste Japans befasste und schon 25 Jahre Kampfsport betreibe, war mir bis zu diesem Tag nicht



M. Beyer und M. Sülz vor der Statue von Jigoro Kano am Kodokan

bewusst, dass die Japaner selber keine Kunst mit der Bezeichnung Jiu Jitsu/Jujutsu haben. Wir mussten also erklären, dass es in Deutschland und im Rest der Welt ein solches System gibt, was auch verstanden und akzeptiert wurde. Man fragte uns noch nach unseren Judo-Erfahrungen in Jahren, was wieder nicht einfach war. Habe ich doch immer nur Jiu Jitsu/Jujutsu trainiert. Letztendlich einigten wir uns dann darauf, unsere Dan-Grade anzugeben mit dem Hinweis, dass diese keine Judo-Grade sind.

Wir wurden nun also zu den Umkleiden geführt und nachdem wir umgezogen waren gingen wir in den siebten Stock, in 's Hauptdojo. In dem Dojo auf den Etagen, die wir passierten, war es überwiegend dunkel

und leer. Nur einzelne, ältere Herren übten sich in Kata. Im Hauptdojo angekommen führten wir am Eingang Rei aus und begaben uns zu einer Bank am Rande der Matte. Zu uns hatte sich noch ein kanadischer Judoka gesellt und gemeinsam warteten wir auf den Beginn des Trainings. Die Matte ist in vier Kampfflächen aufgeteilt, die sich eine Kinder- und eine Anfängergruppe teilen. Wir waren, da wir keine Gruppe waren, in die Randorigruppe des Kodokan zugeordnet. Nach und nach trafen immer mehr Meister ein und diese machten sich sofort selbstständig warm, oder standen zusammen und plauderten leise miteinander. Um 18:00 Uhr begann das Training, allerdings änderte sich die Situation nicht. Alle machten

weiter ihre eigenen Aufwärmübungen und niemand nahm von uns Notiz. Als klar war, dass sich niemand um uns kümmern würde, begannen Thomas und ich, es den anderen gleich zu tun, und wärmten und dehnten uns. Das ging so eine gute halbe Stunde und inzwischen schienen auch alle so langsam da zu sein. Außer uns waren noch vier Nicht-Japaner anwesend, wie wir erfuhren - Leute die in Tokio leben und arbeiten. Man fing nun allgemein damit an, sich einen Partner zu wählen und Wurfeingänge zu üben. Wir taten es ihnen gleich. Außer einer Gruppe, die sich in einer Ecke eine Kata ansah, übten alle Wurfeingänge. Bei den meisten Anwesenden handelte es sich um ältere Herren, teilweise schon in Richtung „sehr hohes Alters“. Junge Männer waren die Ausnahme und leicht zu zählen.

Bei einer Gruppe von circa 40 Leuten waren keine zehn unter 40 Jahren. Zwischen den Übungen setzte man sich immer mal wieder hin, dehnte sich, plauderte, oder suchte sich einen neuen Partner. Einer der Japaner, ein Meister mittleren Alters, grüßte nun Thomas an und begann mit ihm Wurfeingänge. Ich saß derweil am Mattenrand und wusste nicht so recht was ich tun könnte. Einen der alten Meister angrüßen? Nein, erst einmal warten was kommt. Ich brauchte aber nicht lange warten, denn einer der jungen Wettkämpfer, er trug seinen Namen auf dem Rücken, kam zu mir und grüßte mich an. Er gab mir zu verstehen, dass er mit mir kämpfen wollte und ich sagte zu.

Ihm zu erklären, dass ich mit den Wettkampfregeln des Judo nicht vertraut bin, war aber nicht möglich, da er wie die meisten kein Englisch sprach. Aber auf der Matte geht es ja bekanntlich auch mit nonverbaler Konversation ganz gut, und so begannen wir zu kämpfen. Ich hielt mich ganz gut, solange ich mich darauf konzentrierte, nicht geworfen zu werden. Sobald ich aber auch nur den Gedanken an einen



Rüstungen im Laden

Wurf verschwendete, hatte mein Gegner das erkannt, und mich blitzschnell - gekontert kann man ja nicht sagen, ich hatte ja kaum angesetzt - geworfen. Auf jeden Fall fand ich mich immer ziemlich schnell auf der Matte wieder. Ich muss zugeben, dass ich gegen diesen jungen Mann keine Chance hatte. Wieder zu Hause in Deutschland habe ich mir von Judokas, die auch schon mal im Kodokan waren sagen lassen, dass es aber keine Schande sei, dort zu verlieren. Nach einiger Zeit des Kampfes, die mir ziemlich lang vorkam, und mich auf jeden Fall sehr angestrengt hatte, hatte ich dann auch genug. Mein Gegner allerdings, so war mein Eindruck, hätte gerne noch ein bisschen weiter gemacht. Wir grüßten uns ab, und ich gesellte mich noch zu einer Gruppe, die sich Koshiki no Kata ansahen. Eine Kata, die ich vielleicht selber noch lernen muss. Thomas und ich verließen den Kodokan dann irgendwann, zufrieden da gewesen zu sein und auch alles gegeben zu haben. Wir waren freundlich aufgenommen worden, und niemand hatte sich daran gestört, dass wir offensichtlich keine Judokas waren.

Der Besuch im Kodokan war eine Erfahrung, die ich jedem Judo/Jiu Jitsuka, der einmal nach Tokio kommt, nur empfehlen kann.

Martin Sülz

**Weitere Infos und Termine im Internet**  
[www.jju-nw.de](http://www.jju-nw.de)

Landeslehrgang mit Verna Capraro (7. Dan Jiu-Jitsu)

## Stock- und Messerabwehren

Die Sporthalle der Hermann-Gmeiner-Hauptschule in Bochum-Hamme war der Veranstaltungsort eines ebenso interessanten wie abwechslungsreichen Lehrgangs der Jiu-Jitsu Union. Mit Verna Capraro, 7. Dan Jiu Jitsu, Trainer vom JSC Gerthe, konnte man einen der wohl versiertesten und engagiertesten Trainer in Deutschland für diese Veranstaltung gewinnen. Themenschwerpunkte des Lehrgangs waren die Stock- und Messerabwehren, Bestandteile vieler Selbstverteidigungs-Kampfsportarten.

Die Erfahrungen bei vielen Prüfungen der letzten Monate, insbesondere bei Dan-Prüfungen, hatten gezeigt, dass gerade bei diesen zentralen Themen der Selbstverteidigung teilweise noch gravierende Mängel in der Ausführung der Techniken oder Lücken in der Vielfalt des Repertoires auftraten. So stand die Anregung, gerade diese Themen in einem Lehrgang separat aufzuarbeiten, schon lange im Raume und konnte nun endlich aktiv in die Tat umgesetzt werden.

Ein glänzend aufgelegter und bestens vorbereiteter Verna Capraro verstand es hervorragend, das Kunststück umzusetzen, die Themen für die zahlreich angereisten Budosportler der verschiedensten Kampfsportarten, Kyu- und Dan-Grade gleichermaßen, interessant und effektiv zu vermitteln. Die Erarbeitung der Lehrgangsinhalte und Techniken über dynamische und praxisnahe Bewegungsspiele ermöglichte es sowohl Budo-Anfängern wie auch Fortgeschrittenen und Dan-Trägern, die Grundprinzipien der einzelnen Techniken zu verstehen und dem jeweiligen Leistungsstand entsprechend zu erarbeiten.

Auch wenn die Dynamik und Intensität der aufeinander aufbauenden Übungen so manchen Schweißtropfen auf die Stirn trieb und zwischenzeitlich auf den Gesichtern der Teil-

nehmer auftretende Fragezeichen die Grenzen manch eines Budokas aufzeigten, war den Teilnehmern der Spaß an den Übungen deutlich anzusehen. So war es nicht verwunderlich, dass sich am Ende der Veranstaltung die Begeisterung über diesen gelungenen Lehrgangsnachmittag in einem üppigen Applaus für den Trainer äußerte.

Nachdem Verna Capraro sich beim Veranstalter und allen Beteiligten noch einmal herzlich für die engagierte und begeisterte Mitarbeit bedankt hatte, ging man mit dem einhelligen Resümee auseinander, dass dieses bestimmt nicht der letzte gemeinsame Lehrgang dieser Art gewesen ist.

Reiner Hampel/Bernd Person

### Neuer Online-Service der JJU-NW

#### Kostenloser Versand der Lehrgangsausschreibungen per E-Mail

Jeder Budosportler kann sich sofort mit in den Lehrgangsverteiler aufnehmen lassen. Bei Interesse einfach melden bei:

Jiu-Jitsu Union NW e.V.  
Geschäftsstelle  
Benedikt Meinhardt  
Bismarckstr.32  
42551 Velbert  
Tel. und Fax: 0 20 51 / 8 17 18  
E-Mail: [geschaeftsstelle@jju-nw.de](mailto:geschaeftsstelle@jju-nw.de)

Standardwerk im Jiu-Jitsu:

### Jiu-Jitsu - Das Ausbildungs- und Prüfungsprogramm des modernen Jiu-Jitsu

von Jochen Kohnert und Dr. Georg Stiebler

Bestellungen über die Geschäftsstelle der JJUNW:

Benedikt Meinhardt  
Bismarckstr. 32  
42551 Velbert  
Tel. und Fax: 0 20 51 / 8 17 18  
E-Mail: [geschaeftsstelle@jju-nw.de](mailto:geschaeftsstelle@jju-nw.de)

#### Aus dem Vorwort:

„Mit diesem Buch möchten wir allen Prüfern, Lehrgangsreferenten, Trainern, Übungsleitern und Sportlern eine Hilfe an die Hand geben. [...] Es versteht sich aber als Geleit durch unseren Sport; [...]“

Dieses Buch behandelt die wichtigsten Aspekte der Sportart Jiu-Jitsu. Die Techniken vom 5. bis zum 1. Kyu werden in Bildern dargestellt - vom Gürtelbinden bis zur Pistolenabwehr. Ebenfalls behandelt werden die Etikette sowie das Verhalten außerhalb des Dojos. Die Geschichte des Jiu-Jitsu kommt ebenfalls nicht zu kurz - genau wie die Theorie zur Notwehr. Die hier genannten Bereiche stellen lediglich einen kleinen Bereich des Inhalts dar. Das Buch behandelt das gesamte erforderliche Grundwissen und ist somit ein absolutes Muss für jeden Jiu-Jitsu-Ka.

## Trainer/in für Ju-Jutsu/Jiu-Jiutsu in Essen-Mitte gesucht!

Wir vom 1. Essener Judoclub suchen ab sofort für das Kinder- und Jugendtraining (10-15 Jahre) unserer Ju-Jutsu-Abteilung dringend eine(n) qualifizierte(n), motivierte(n) Trainer(in).

Trainingszeit: Mo 18:00-19:30 Uhr  
und Fr 17.30-19.30 Uhr.

Nähere Infos: [info@erster-essener-judoclub.de](mailto:info@erster-essener-judoclub.de)  
oder Tel.: 0160/155 14 77 (Michael Preis)



## 19. UNJJ-Meisterschaften in Kopenhagen (Hvidovre)

Dänemark 26.-30. August 2010

Während sich die Sommerferien in NRW ihrem Ende näherten und sich Jung und Alt mehr oder weniger wieder auf den bekannten Rhythmus 'Schule' einstellen konnten, hieß es für das Team des DJJB noch einmal durchzustarten, denn die 19. UNJJ-Meisterschaften in Hvidovre - einem südwestlichen Vorort von Kopenhagen mit knapp 50.000 Einwohnern - standen vom 26. bis 30. August 2010 auf dem Plan. Die 'Nähe' zum Budo lässt sich nicht verleugnen, denn in Hvidovre wurde im

Jahre 1929 ein 3.500 Jahre altes Schwert aus der Bronzezeit entdeckt. Somit war Hvidovre mit diesem Fund - lange bevor 'Wiki und die starken Männer' halb Europa unsicher gemacht haben - ein geeigneter Ort für die Ausrichtung der 19. UNJJ Meisterschaften. Während die Einen ihre Unterkunft im Scandic Hotel in Hvidovre (Kettevej) fanden, zogen es Andere vor, in der Jugendherberge im Zentrum Kopenhagens (Valdemarsgade) zu übernachten. Die Sporthalle, in der die Meisterschaften und der Lehrgang

stattfanden, war von beiden Unterkünften aus sehr gut mit Auto oder öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen, so dass sich nach der Ankunft des DJJB-Teams auch noch die Möglichkeit für den einen oder anderen Ausflug in die nähere Umgebung ergab. Aus Deutschland sind mehr als 70 Jiu-Jitsukas in unser Nachbarland im Norden gefahren, um sich hier mit den Budokas aus den Mitgliedsländern der UNJJ auf der Matte in den bekannten Kategorien wie Random Attack, Pairs, Team, Bodenkampf etc. zu messen. Am Freitag, 27. August 2010, kamen die Teilnehmer das erste Mal offiziell beim 'Get together' bzw. beim 'Welcome drink' zusammen. Am Samstag ging es dann schon richtig los,

und zwar mit der Eröffnung der UNJJ-Meisterschaften, dem Lehrgangsprogramm und den Meisterschaften selbst. Abends folgte für die Fortgeschrittenen bzw. Höhergraduierten das Masterdinner. Das Highlight folgte am Sonntag, denn hier konnte man die Endkämpfe der Meisterschaften mit Siegerehrung verfolgen und spannende Momente erleben. Abgerundet wurde das Ganze durch das Galadinner. Der vollständige Bericht über die 19. UNJJ-Meisterschaften in Kopenhagen folgt im nächsten „budoka“. Auf der Homepage des DJJB ([www.djbb.de](http://www.djbb.de)) ist bereits ein Bericht hinterlegt ...

Andreas Dolny/Volker Schwarz

## Dan-Prüfungen in Essen

Wenn die erste Hälfte des Jahres fast verstrichen ist, wird es Zeit für die erste von zwei Dan-Prüfungen, die der Deutsche Jiu Jitsu Bund (DJJB) jedes Jahr ausrichtet. Diesmal fiel der Tag der Prüfung auf den 27. Juni 2010. Ein Datum, welches von allen Prüflingen im

Kalender dick rot angestrichen wurde. Ein Zeitpunkt, bis zu dessen Morgen die Spannung und Nervosität immer mehr zunahm, denn es war Prüfungstag. Der 27. Juni ist uns auch als der Siebenschläfertag bekannt. Nach einer alten Bauernregel wird das Wetter der folgenden sieben Wochen an diesem Tag bestimmt. Somit sollte sich zeigen, ob dieser Tag für die Prüflinge auch in symbolischer



Abschlusstechnik



Würgegriff

Hinsicht zum „Sonntag“ werden sollte. Durch die Vielzahl an Prüflingen mussten zwei Prüfungskommissionen gebildet werden. Trotz dieser „Arbeitsteilung“ sollte die interessante Prüfung mehrere Stunden

dauern, wobei das Prüfungsspektrum vom 1. Kyu Jiu Jitsu (Braungurt III. Streifen) über den 1. Dan Jiu Jitsu bis zum 4. Dan Jiu Jitsu reichte. An Tisch 1 hatten Dieter Mäß (7. Dan Jiu Jitsu), Harald Westrich (5. Dan

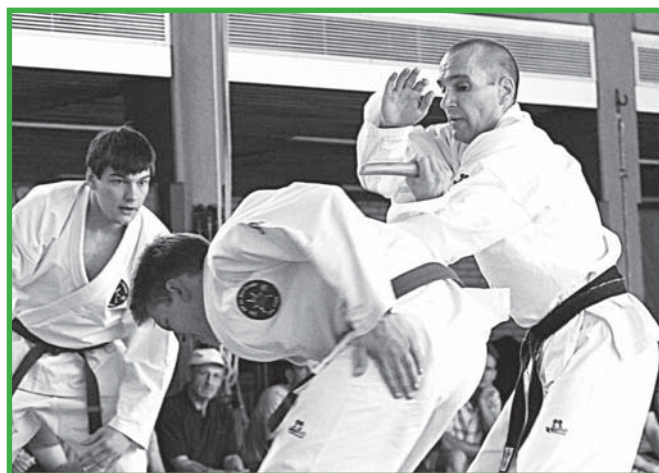


... und Wurf

Jiu Jitsu) und Michele Colonna (3. Dan Jiu Jitsu) die Aufgabe, den angetretenen Jiu-Jitsukas die Prüfungen im Jiu Jitsu abzunehmen. In der zweiten Prüfungskommission an Tisch 2 hatten sich Dieter Lösger (10. Dan Jiu Jitsu, Bundestrainer), Josef Djakovic (7. Dan Jiu Jitsu, Erster Vorsitzender KID/DJJB) und Dirk Lunnemann (4. Dan Jiu Jitsu) zusammengefunden, um die angetretenen Jiu-Jitsukas auf „Herz und Niere“ zu prüfen.

Die Prüfung begann jeweils mit Kata. Noch mit zittrigen Schritten und klopfenden Herzen betreten Tori und Uke die Matte. Beide sind während der gesamten Prüfung ein eingeschworenes Paar. Der Erfolg des Einen ist zugleich auch der Erfolg des Anderen. Welche Gedanken gehen Tori und Uke durch den Kopf? - „Stimmt die Reihenfolge...?“, „Gestern haben wir die Technik umgestellt ...“ und „Hoffentlich klappt alles ...“ - Mit dem ersten beherzten Schritt auf die Matte sind alle diese Überlegungen vergessen. Eine angenehme Leere nimmt Raum im Kopf ein und blendet Prüfungskomitee,

Zuschauer und die Videokameras der Angehörigen und Zuschauer schlagartig aus. Man ist in der Situation ganz auf sich, seinen Partner und sein Körpergedächtnis konzentriert. Der Atem fließt langsam und gleichmäßig. - Es ist die Ruhe vor dem Sturm. Zumindest in den ersten Augenblicken der Prüfung ist sie da, denn das Prüfungsprogramm soll nicht nur eine technische Herausforderung für den Prüfling sein, sondern gleichsam auch



Abwehr gegen mehrere Angreifer

eine konditionelle. Trotz der großen Anspannung fließt das Programm dann wie ein Film ab. Der Film könnte auch die gemeinsame Besteigung eines Berges sein: Zu guter Letzt stehen Tori und Uke auf dem Gipfel und sehen, wofür sie gearbeitet haben. In diesem Moment wird es beiden bewusst. Der betreuende Lehrer weist den Weg, gegangen wird er allerdings vom Prüfling ... in Begleitung seines Partners. Der Schritt von der Matte herunter fällt dem Prüfling dann leicht. Schließlich ist die „Prüfungslast“ von seinen Schultern genommen. Natürlich darf jeder Prüfungserfolg nicht darüber hinwegtäuschen, dass das Erlernen und Darstellen der Techniken nicht eine einmalige Angelegenheit ist, sondern in einem permanent wirkenden Prozess von Üben, Korrigieren (korrigiert werden), Verbessern und Praktizieren eingebettet sein muss, um den Stillstand der Entwicklung bei der Beschreibung des Weges DO zu vermeiden. Wenn man sich in Europa umschaut, stellt man fest, dass wir mit dem Mont Blanc („Weißer Berg“) mit seinen 4.807 Metern Höhe „nur“ einen „Fast-Fünftausender“ haben. Symbolisch passt dies aber sehr gut zum Gürtelsystem des DJJB, denn es können reguläre Prüfungen bis zum 5. Dan Jiu Jitsu absolviert werden. Darüber hinaus werden die Gürtelgrade für besondere Leistung und Wirken bis zum 10. Dan Jiu Jitsu vergeben. Wie es bei den hohen Bergen ist, so verhält es sich auch mit den hohen Dan-Graden: Die Luft wird dünner.



Haarzugabwehr

Dieser Gedanke lässt Raum für einen Blick zum Mount Everest mit seinen 8.848 Metern oder - der Weg ist das Ziel ... - zum Olympus Mons („Berg Olymp“ [auf dem Mars]), der mit seinen schier unbegreiflichen 26.400 Metern Höhe der höchste und größte bekannte Berg in unserem Sonnensystem ist. Apropos Sonne: Man wächst mit den Anforderungen und mit neuen Zielsetzungen. Was heute „unmöglich“ ist, wird möglicherweise morgen schon Wirklichkeit und in einem ganz anderem Licht betrachtet. Nach Stunden der Anstrengung, nachdem Kata, Prüfungsprogramm, „Kreis“ und Theorie erfolgreich durchlaufen waren, hieß es: „Die Prüfung im Jiu Jitsu haben bestanden“:

**Frank Reichelt** (Sportfreunde 06 - Sterkrade) zum 4. Dan Jiu Jitsu,  
**Alexander Burmann** (VfB Erfstadt - Zanshin-Dojo) zum 1. Dan Jiu Jitsu,  
**Micaela Stumme** (Bujindo Mülheim) zum 1. Dan Jiu Jitsu,  
**Katrin Scharding** (Zen-Bogyo-Do) zum 1. Dan Jiu Jitsu;  
**Sonja Dressler** (TV 1871 Hohenlimburg) zum 1. Kyu Jiu Jitsu,



Kontrolle des Gegners



Festlegen

Kontrolle des Partners



**Richard Eberle** (Shu Shin Kan Füßen) zum 1. Kyu Jiu Jitsu und  
**Lydia Lint** (SC Bushido Düssel- seldorf) zum 1. Kyu Jiu Jitsu

Im Verlauf der Dan-Prü- fungen, die im Dojo des TBF Bushido Essen stattfanden, sahen Zuschauer, Prüflinge und Prüfer überzeugende Leistungen und interessante Darbietungen des Jiu Jitsu. Der „Sieben- schläfer“ zeigte sich an diesem wunderbaren Sonn(en)tag von

seiner besten Seite, so dass nach „getaner Arbeit“ und Heimfahrt nahtlos ins Feiern unter freiem Himmel übergegangen werden konnte, ob beim Grillen, beim Public Viewing oder bei beidem ... Der DJJB gratuliert allen Prüflingen zur erbrachten Leistung und wünscht ihnen für den weiteren Weg alles Gute.

**Text:** Volker Schwarz und  
Andreas Dolny  
**Fotos:** Bernd Kampmann  
und Volker Schwarz

Stockabwehr aus dem Sitzen



Das Prüfungskomitee mit den Prüflingen





Angriff an der Wand



Haarzug am Zopf



Auch knifflige Fragen wurden besprochen



Die Sache mit Humor nehmen

## Prüferlizenzzlehrgang mit Gerhard Dressler

Wissen, das sich nicht täglich vermehrt, nimmt ab, heißt es in einer chinesischen Weisheit. Dieser an sich uralte Gedanke ist insbesondere in einer Zeit, in der Menschen zwischen Infos, Halbwissen und Informationsfragmenten hin und her „switchen“ (müssen) ein Gesellschaftsspiegel, in dem wir unser Handeln und Streben sehen können. Das Ziel darf nicht das Halbwahre, das Halbfertige oder das Halbwissen sein. Nein, als Ziel ist das Ganze: Wissen und Wahrheit bzw. Wahrhaftigkeit anzustreben. Dieser Weg ist sicherlich der schwerere. In der Prüfungsordnung des Deutschen Jiu Jitsu Bundes (DJJB) sind die Anforderungen an die Prüfungen im Jiu Jitsu genau festgelegt. Prüfungen gewährleisten die Beibehaltung eines hohen Qualitätsstands des Jiu Jitsu. Das Prüfungswesen im DJJB harmoniert mit diesem wertvollen Anspruch und verlangt daher von jedem Prüfer den regelmäßigen Besuch von Prüferlizenzzlehrgängen. In diesen werden turnusmäßig wesentliche Elemente des Prüfungswesens wiederholt und aktualisiert. Am Samstag, 12. Juni 2010 fand im Dojo des TV 1871 Hohenlimburg unter der Leitung von Gerhard Dressler (5. Dan Jiu Jitsu) der erste diesjährige Prüferlizenzzlehrgang statt, um die Anwesenden im Rahmen der vierten Staffel der Prüferlizenzzlehrgänge hinsichtlich des Prüfens, Bewertens und Benotens auf den neusten Stand

zu bringen.

Alle Mon-, Kyu- und Dan-Prüfungen im DJJB werden vom Referenten für Prüfungswesen, Bernd Kampmann (6. Dan Jiu Jitsu), dokumentiert und regelmäßig überprüft. Dies sichert die hohe Qualität von Lehre und Prüfungswesen im DJJB, damit das gemeinsam gepflegte „Pflänzchen Jiu Jitsu“ nie an Kraft verliert - ein bisschen Pathos angesichts der Dominanz des Fußballs in diesem „Fußball-Sommer“ im WM-Land Südafrika und in allen anderen Ländern dieser Welt sei hier erlaubt. Bei seiner „Rundreise“ durch das Prüfungswesen des DJJB lud Gerhard Dressler die Anwesenden nach der kurzen Vorstellungsrunde zunächst zu einem offenen Erfahrung- und Gedankenaustausch ein. Hierbei stellte sich heraus, dass das Prüfen keine Angelegenheit ist, die man von Anfang an perfekt beherrscht. Man lernt vielmehr durch das Prüfen selbst die „andere Seite“ des Jiu Jitsu kennen - aus der Position des Prüfenden wird manche Sichtweise deutlicher erkennbar und auch die anspruchsvolle Aufgabe des Prüfens erscheint in einem anderen Licht. Wieviel organisatorischer Aufwand hinter einer Prüfung steckt, das zeigt sich immer dann, wenn man zum ersten Mal eine Mon- oder Kyu-Prüfung in eigener Regie durchführt: Der Prüfer muss, wenn er in der Doppelfunktion als Lehrer/Prüfer fungiert, diesen Aufwand neben





**Plötzlicher Haarzug von vorne**



**Haarzug und Fassen**

seiner eigentlichen Prüfertätigkeit bewältigen können. Es müssen Räumlichkeiten vorhanden sein, die Einweisung möglicher Fremdprüfer hinsichtlich des Leistungsstandes der Schülerinnen und Schüler muss erfolgen und notwendige Formalitäten sind zu erledigen, aber auch die Atmosphäre im Dojo muss stimmen, da es sich vor allem um einen Ort des konzentrierten Übens handelt, der für alle Anwesenden als angenehm angenommen werden sollte. Doch beim Prüfen geht es nicht nur um die Handlung des Prüfens selbst - also die „Beförderung“ des Prüflings -, sondern auch um die Entwicklung des Prüfers, der mit jeder Prüfung reift und mit den Jahren vom Anfänger zum erfahrenen Prüfer avanciert. Von Prüfung zu Prüfung wird das Prozesshafte des Ganzen immer mehr deutlich und die Unsicherheit weicht der zunehmenden Sicherheit beim Prüfen, was Beurteilen, Bewerten und Benoten angeht. - Im Verlauf des lebendigen Gesprächs kam es zu einem mutigen Austausch von Erfahrungen.

Gerhard Dressler konnte sich als Lehrgangsleiter über die Motivation seiner Lehrgangsteilnehmer nur freuen, denn der Theorieteil wurde zu einem „Selbstläufer“, wobei alle wichtigen Inhalte des Prüfungswesens wie die Bedingungen für die Teilnahme an einer Prüfung, etwa die Altersgrenze bei Kindern, sowie spezielle Fragen zur Prüfungsordnung im Dialog besprochen wurden. Auch eine konstruktiv-kritische Reflexion der letzten beiden

Dan-Prüfungen schloss sich an. Da jede gut geplante Veranstaltung gemäß dem Gedanken von Yin & Yang Spannungs- und Entspannungsmomente aufweisen sollte, war auch dieser Lehrgang sowohl von konzentriertem Arbeiten als auch von humorvollen Phasen geprägt.

Im zweiten Teil des Lehrgangs gingen die Teilnehmer ins Dojo des TV 1871 Hohenlimburg, wo der Lehrgangsleiter Gerhard Dressler bereits mit praktischen Aufgaben wartete.

So wurden an die Teilnehmer Arbeitsaufträge ausgegeben. Ziel war es, zu Haarzugangriffen und „Situationen an der Wand“ einerseits Standardtechniken zu üben und sich andererseits unkonventionelle Abwehrtechniken als Antwort auf eine „Überraschung“ auszudenken, die dann im Anschluss kurz präsentiert und in der Gruppe gemeinsam besprochen werden sollten. Gesagt, getan - die Teilnehmer waren eifrig bei der Sache, schnell war die Vorbe-

reitungszeit verstrichen und man sammelte sich im Kreis. Für die Anwesenden war dieses Verfahren im Praxisteil ein willkommenen Anlass, sich einfach auf die Bewegungsfolgen und -alternativen der Anderen im Dojo einzulassen und Neues auszuprobieren; schließlich bot der Lehrgang den Dan-Trägern die Gelegenheit, wieder einmal im freundschaftlichen Miteinander vom Gegenüber zu lernen, und zwar in einer sehr guten Atmosphäre, welche gleichermaßen von Konzentration und guter Laune geprägt war. Nach einer abschließenden Reflexion führen die Teilnehmer zufrieden nach Hause. Ein Dank geht an den Lehrgangsleiter Gerhard Dressler für den gelungenen Lehrgang im Spannungsfeld zwischen Lehren und Lernen.

**Andreas Dolny/Volker Schwarz**



**Theorieteil**



**Gerhard Dressler mit den Lehrgangsteilnehmern**

## Aus den Vereinen

### Gürtelprüfung beim TuS Arloff-Kirspenich

Kurz vor den Sommerferien hielt die Jiu-Jitsu-Abteilung des TuS Arloff-Kirspenich ihre traditionelle Kyu-Prüfung im Jiu Jitsu ab. „Der Gürtel hält nur den Gi (Anzug) zusammen“, sagt man. Und doch verbirgt sich in der Farbe des Gürtels eine ganz eigene Faszination, welche uns ohne Worte einen Einblick in die wachsende Stimmigkeit von Form und Inhalt des Jiu Jitsu im Üben auf dem Weg zur Meisterschaft ermöglicht. An einem heißen Samstag stellten sich insbesondere Kinder und Jugendliche des TuS Arloff-Kirspenich den kritischen Augen der Prüfer. Hier fungierten einmal mehr der Vereinstrainer Josef Flecken (2. Dan Jiu Jitsu) und Denis Heinrich (3. Dan Jiu Jitsu, Zanshin Dojo Erfstadt) vom benachbarten Verein aus Erfstadt. Zuerst waren die Kinder zur Zwischenprüfung an der Reihe. Die Zwischenprüfung ist eine Art 'Qualifikation' zur Gürtelprüfung. Erst wenn diese bestanden ist, können sich die motivierten Kinder nach weiteren sechs Monaten Vorbereitung der Hauptprüfung stellen.

Schon bei der Fallschule wurde bei den Prüflingen sichtbar, dass bereits sehr viel erlernt worden ist, aber gemäß dem Motto: „Es ist noch kein Meister vom Himmel gefallen“ wurde klar, dass noch ein paar

Trainingsstunden zu absolvieren sind, bis alles wirklich 'sitzt'. Die Fallschule soll schließlich rund und geschmeidig vortragen werden. Wenn man wie ein 'Baum' fällt, ist die Verletzungsgefahr sehr hoch, insbesondere auf härterem Boden. Die Fallschule ist nicht nur ein zu erlernender Teil für das Jiu Jitsu, denn sie hat auch außerhalb der Matte ihren Sinn: Wer die Fallschule beherrscht, minimiert auch das Verletzungsrisiko bei Stürzen mit dem Skateboard, den 'Inlinern', dem Fahrrad oder im Winter bei Glätte ... Der Schlüssel zum Erfolg - wie im übrigen Leben auch - ist die (korrekte) Wiederholung. Die Techniken beherrschten die Prüflinge hingegen deutlich sicherer. Einige von ihnen, insbesondere die Kleinen, schauten zwischen durch zur Hallendecke und hofften sich von dort die ein oder andere 'Eingebung'. Doch das ist auch das Vorrecht der 'kleinen Jiu-Jitsukas', die sich langsam an die 'Großen' heranzupirschen und auch mal träumen dürfen ... Bei aller Disziplin, die auf der Matte vermittelt werden muss, darf auch nicht vergessen werden, dass das Jiu Jitsu den Altersstufen entsprechend vermittelt wird. Das bedeutet, es muss hier kindgerecht vorgegangen werden. Kinder brauchen den Ausgleich zwischen Disziplin und Spiel. In diesem Gleichgewicht findet das Training des Jiu Jitsu statt, und zwar mit Erfolg. Dieser Erfolg zeigt sich daran, dass Kinder und Ju-

gendliche mit Motivation zum Training kommen und nach erfolgter Vorbereitungszeit ihre Prüfung(en) absolvieren.

Letztendlich bestanden alle die Prüfung und konnten vergnügt in die Sommerferien gehen. Die Zwischenprüfung zum Gelbgurt bestanden: Boris Krivospitski, Julius Cruse, Jan Cremer, Philipp Hanczaryk, Sebastian Hanczaryk und Johanna Hanczaryk. Die Zwischenprüfung zum Orangegurt haben bestanden: Nico Berkenkopf, Chris Esch und Sabrina Trimborn. Den gelben Gürtel erwarben Antonia und Kilian Hettinger, Niklas Helmet, Jil Münzel, Jan Niessen, Markus Berger und Julian Schlüter. Den orangefarbenen Gürtel tragen ab sofort: Christian Schumacher, Nora Maschke, Johannes Frost und Elena Mies. Mit dem neuen Gürtel verbinden wir auch den Fortschritt, den wir gemacht haben. Somit hält der Gürtel den Gi jetzt vielleicht etwas sicherer oder selbstbewusster ... Herzlichen Glückwunsch zur bestandenen Gürtelprüfung und alles Gute auf dem weiteren Weg. Wer sich für das Jiu Jitsu interessiert, erhält nähere Infos unter [www.djjb.de](http://www.djjb.de) bzw. unter [www.jiu-jitsu.tus-arloff-kirspenich.de](http://www.jiu-jitsu.tus-arloff-kirspenich.de)

Josef Flecken

### „Ni hao ...“

... und eine darauf folgende Verneigung mit gefalteten Händen war die obligatorische Begrüßung auf der diesjährigen Kinder-Vereinsfahrt der Judo-Abteilung des Mülheimer Vereines Bujindo. Lautstark wurde diese Geste angebracht, als sich die einzelnen Kinder in der Gruppe am zweiten Juni-Wochenende trafen. Am Freitagnachmittag ging es im strahlenden Sonnenschein los in Richtung Xanten. In der Stadt der Römer und Seen angekommen, bewunderten alle die Fünf-Sterne-Jugendherberge mit Blick auf die Xantener Südsee. Nach dem Erkunden der umliegenden Felder und Wälder, Seen und Spielplätze wurden verschiedene Ice-Breaker- und Kennenlern-Spiele in unserem Gruppenraum gespielt. Bei einem der Spiele sollten sich die jungen Budokas mit Begrüßungsritualen unterschiedlicher

Kulturen begrüßen, was sich in vielen Fällen als ziemlich witzig herausstellte. Dann war die Kreativität gefordert und es sollte ein eigenes Begrüßungsritual her ... Das Beste wurde per Applaus ausgewählt und galt von da an als die Begrüßung für das folgende Wochenende: „Ni hao“ und eine Verbeugung mit gefalteten Händen ist es geworden.

Am Samstag ging es nach dem Frühstücksbuffet ab auf die großen Spielwiesen. Die Fußball-WM stand an - aber ein wenig anders als man sie kennt: Sieben Spiele mussten von den drei Mannschaften Südafrika, Brasilien und Australien gemeistert werden. Wer konnte am besten den Ball mit dem Kopf spielen? Wer machte die besten 'Schwalben'? Wer konnte sich am besten freuen und jubeln? Und wer traf das Tor blind am häufigsten? Fragen über Fragen ... Nach der Auswertung wurden die Sieger geehrt und gewonnen hat: Südafrika ... oder war es Brasilien? Oder eher Australien ... ? Das Ergebnis konnte bei der vielen Action und der Spannung nicht mehr ausgemacht werden. Auf jeden Fall hat es allen großen Spaß gemacht und der Sieger war die Freundschaft.

Nach dem Mittagessen standen noch mehr Abenteuer an: Die Suche nach einem großen Schatz! Doch was ist schon eine Schatzsuche ohne einige nicht allzu leicht zu bewältigende Aufgaben? Und wie kommt man an diese Aufgaben? Ja, ist doch klar - Augen auf und gut aufgepasst! Überall um die Xantener Nordsee waren die Aufgabenzettel verteilt! Im Team waren auch die kniffligsten Aufgaben kein Hindernis mehr und der Schatz war im Nu erobert. Wieder in der Jugendherberge angekommen, ging es ab auf die Wiesen, so lange bis der Grill bereit war und die Tische voll mit Salaten und Kartoffeln für's Abendessen waren. Nach dem Essen wurden Zimmer-Partys veranstaltet, zu denen auch die Lehrer eingeladen wurden. So klang auch ein sehr anstrengender aber schöner Tag voller Harmonie mit den Worten „Ni hao“ aus.

Der Sonntag fing gemütlich an: Frühstück, Taschen packen, Zimmer aufräumen und sich in der Nordsee treffen.



Die Prüflinge mit Josef Flecken und Denis Heinrich



Danach ging es wieder auf die Wiesen und es wurden Kunstflüge mit den eigens gestalteten Flugobjekten aus Papptellern geübt. Auch Obstsalat und Ritterrennen überbrückten den Vormittag bis zum Eisessen - hm ..., lecker! Danach wurde noch mit Waveboards und Hüpfstangen, Skateboards und Bällen rumgetollt, dann kamen nach dem Mittagessen auch schon die ersten Eltern, um mit den Kids die Heimreise anzutreten, oder gar noch das Ritterfest im Xantener Archäologischen Garten zu verfolgen. So ging ein schönes Wochenende zu Ende. Wir bedanken uns bei den kleinen Juidokas für den Spaß und die Freude, die sie uns bereitet haben und freuen uns jetzt schon auf die Juidofahrt 2011.

**Text: Carina Eberhard**  
**Fotos: Peter und André Rasche**



Die Papptellerschlacht

Nico lernt fliegen



Luka beim Dickmann-Wettessen



Vorbereitung auf die Fußball-WM

## Trainer/in für Ju-Jutsu/Jiu-Jiutsu in Essen-Mitte gesucht!

Wir vom 1. Essener Judoclub suchen ab sofort für das Kinder- und Jugendtraining (10-15 Jahre) unserer Ju-Jutsu-Abteilung dringend eine(n) qualifizierte(n), motivierte(n) Trainer(in).

Trainingszeit: Mo 18:00-19:30 Uhr  
 und Fr 17.30-19.30 Uhr.

Nähere Infos: [info@erster-essener-judoclub.de](mailto:info@erster-essener-judoclub.de)  
 oder Tel.: 0160/155 14 77 (Michael Preis)



# JIU-JITSU

Deutscher Fachsportverband für Jiu-Jitsu Nordrhein-Westfalen e.V.

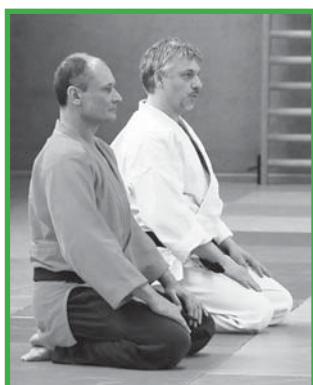


Jiu-Jitsu-Lehrgang in Hilden

## Verteidigung gegen erfahrene Angreifer

Stell Dir vor, Du verteidigst Dich gegen einen Angriff mit Seoi-Nage, Kote-Gaeshi o.ä. und dein Angreifer kennt diese Technik und - kontert diese erfolgreich! Hier setzte der Lehrgang „Verteidigung gegen erfahrene Angreifer“ an. Im Teil 1 dieser Reihe wurden Techniken vermittelt, die gegen erfahrene Angreifer aus dem Bereich Jiu-Jitsu und Judo als Konter-/Konter-Konter-Techniken möglich sind. Mit Manfred Thull (3. Dan Jiu Jitsu) und Ralf Faßbender (1. Dan Judo) standen uns im Judo-Leistungszentrum Hilden zwei erfahrene Referenten auf der Tatami gegenüber, um uns 18 Lehrgangsteilnehmer gehörig ins Schwitzen zu bringen.

Dies begann mit Ralfs Powermusik und einem ordentlichen Judo-Aufwärmtraining. Der Lehrgang selbst gliederte sich in drei Teile. In den beiden ersten Unterrichtseinheiten übten wir bei Manfred und Ralf im Wechsel Jiu- und Judo-Techniken im Stand bzw. am Boden. Kontertechniken sind im Regelfall nur dann anwendbar, wenn die vorausgegangene Technik falsch oder zu langsam durchgeführt wurde. Und so folgten den dynamischen Angriffen mit realistischen Angriffsgeschwindigkeiten eine sehr dynamische Fallschule



Ralf Faßbender und Manfred Thull

- und die Anzahl der möglichen Kontertechniken relativierte sich automatisch. Auf den Angriff Seoi-Nage folgte als eine Möglichkeit Kuzure-Sumi-Gaeshi und den Waki-Gatame konterten wir erfolgreich mit Ude-Hishigi-Ashi-Guruma in Eri-Jime, um nur zwei Beispiele zu nennen. Abgeschlossen wurden die Techniken jeweils mit Fixiertechniken am Boden, was nicht selten - und auch von den



Kani-Basami

Referenten gewollt - in einem kleinen Randori endete.

Nach Erlernen der gezeigten Techniken konnten wir dann mit unseren Partnern die Grenzen der Konter- und Weiterführungstechniken ausloten und weitere Lösungen aus dem eigenen Technikwissen einbauen. So kamen in rascher Folge neue Konter- und Weiterführungstechniken hinzu, die mit glänzenden Augen der

Referenten beobachtet wurden - war doch ein Ziel des Lehrgangs, „Ideen für das normale Training zu liefern und nicht starre Vorgaben“.

Gegen 17.30 Uhr waren die „Festplatten“ dann voll und Manfred und Ralf beendeten den Lehrgang unter Applaus der Teilnehmer. Auch Markus Speckamp besuchte uns an diesem Nachmittag. Wegen eines Bänderrisses konnte er zwar nicht aktiv mitmachen, schoss dafür jedoch die Fotoserie.

Mit den Worten zweier jugendlicher Lehrgangsteilnehmer vom TuS Rondorf (Asuan und Sebastian) schließe ich diesen Bericht: „Der Judo-Bodenkampf-Lehrgang war bis jetzt auf jeden Fall der Beste. Wir haben richtig viel Spaß gehabt, am meisten beim Aufwärmen! Eine ganze Menge schöne Techniken (von denen ich zwei schon in meinem Vereinstraining hinbekommen habe ;-)) wurden gezeigt. Also, ich hoffe nur, dass es bald noch einen Lehrgang dieser Art gibt, ich würde mich richtig freuen. Immer wieder gern :-).“

„Ich fand diesen Lehrgang besonders ansprechend (auch die Aufwärmübungen, da ich mich selber sehr für Bodenkampf interessiere). Der Lehrgang hat mir wichtige Techniken gezeigt, die ich auch im Nachhinein selber üben konnte. Unter anderem haben mir die Reaktionsspiele und die wirksamen Konter gegen Konter gefallen, da wir hier Techniken gelernt haben, die man im Ernstfall auch wirksam einsetzen kann.“

Text: K.-H. Muhs/Manfred Thull  
Fotos: Markus Speckamp



Kuzure Yoko-Otoshi mit anschließendem Kesa-Gatame



Würgen - Hebeln - Fixieren





## 1. Newcomer-Cup Ju-Jutsu

### Fighting und Duo in Gelsenkirchen

Sportlich wie organisatorisch war der 1. Ju-Jutsu-Newcomer-Cup 2010 am 3. Juli ein voller Erfolg für den Bushido-Ryu Gelsenkirchen. Großes Lob und aufrichtige Anerkennung erwarb sich der ausrichtende Jiu-Jitsu Verein, der erst seit Anfang 2009 ordentliches Mitglied im NWJVV ist, von den Teilnehmern für die Organisation der Veranstaltung. Die 137 Starter der 22 Vereine aus den Bundesländern Hessen, Nordrhein-Westfalen und Rheinland-Pfalz haben den Newcomer-Cup parallel zum stattfindenden Viertelfinale der Fußball-Weltmeisterschaft zu einem sportlichen Highlight gemacht.

Trotz der tropischen Hitze fanden die Wettkämpfe ohne

nennenswerte Ausfälle statt. Dies war gerade auch ein Verdienst der Kampfrichter, die über sieben Stunden hochkonzentriert ihrer Aufgabe nachgingen. Nach 161 zum Teil hoch spannenden Kämpfen in 22 Klassen stellte das Team der FH und RWTH Aachen die beste Seniorenmannschaft. Der ausrichtende Verein Bushido-Ryu Gelsenkirchen erkämpfte sich diese Platzierung im Bereich der Jugend knapp vor dem SC Budokan Bocholt.

Ohne die Unterstützung durch die vielen ehrenamtlichen Helfer wäre Ju-Jutsu als Wettkampfsport in der ausdifferenzierten und umfassenden Art, wie er in Nordrhein-Westfalen angeboten werden kann, nicht möglich. Gerade das Engagement in diesem Bereich ist ein besonderes Leistungsmerkmal des Bushido-Ryu Gelsenkirchen und seiner Mitglieder. Diesen gilt der besondere Dank des Nordrhein-Westfälischen Ju-Jutsu Verbandes, nicht nur für die Ausrichtung des 1. Ju-Jutsu

Newcomer-Cup 2010. Wir freuen uns, auch 2011 wieder in Gelsenkirchen zu Gast sein zu dürfen.

Philipp Neuwirth

Duo-Turnier in Eschweiler

### Wanderpokal geht nach Eschweiler

Begonnen hat alles als Freundschaftskampf mit Grillen zwischen den Samurais Eschweiler von Andreas Dern und den Kihakus von Werner Petersen aus Dremmen. Bei der diesjährigen Austragung, die am 29. Mai in Eschweiler stattfand, war aus dem Grillnachmittag ein veritables Turnier mit mittlerweile vier Mannschaften geworden. 51 Ju-Jutsukas von 6-17 Jahren, von Weiß- bis Blaugurt aus den Vereinen BTB Aachen, BC Erkelenz, Kihaku Dremmen und natürlich vom diesjährigen Ausrichter Samurai Eschweiler kämpften im Duo-System um die in der Halle ausgestellten Pokale.

Aufgrund der hohen Teilnehmerzahl wurde ein Turniermodus angewendet: Zwei Richtertische mit je drei Punktrichtern machten möglich, dass in der Vorrunde auf zwei Matten gleichzeitig gekämpft werden konnte. Die drei besten Duos jeder Altersklasse kamen dann in die Finalrunde. Hier gab es nur noch eine Matte, und die Duos wurden von also

sechs Punktrichtern bewertet. Zu sehen und bewerten gab es viel: Von kleinen Weißgurten, die gerade ihre ersten Schritte im Ju-Jutsu machten und trotzdem schon den Mut hatten, vor Publikum in einem Wettkampf anzutreten, bis zu großen Blaugurten, die mit Stock und Messer aufeinander losgingen. Das Reglement war auf Kinderniveau reduziert worden: Etikette spielte keine Rolle, der Mattenkampfrichter sagte die Angriffe an, und die Punktrichter bewerteten individuell nach Alter und Gürtelgrad, wobei man „Nervositätsfehler“ sehr großzügig sah. Der Spaß sollte ganz klar im Vordergrund stehen, Leistungssport soll woanders praktiziert werden - wer weiß, ob in Zukunft nicht manch eine(r) aus diesem Wettkampf nicht noch den Weg dorthin findet.

Das Leistungsniveau war diesmal deutlich geteilt: Es gab viele Kämpfer auf Einsteigniveau, die auch die ganze Palette dessen zeigten, was man von Kindern auf diesem Niveau erwarten kann. Unter den späteren Preisträgern sah das ganz anders aus: Sie zeigten wirklich eine ganz andere Klasse, und das bei sehr dichtem Leistungsniveau. Zwei Duos mussten sogar in ein Stechen geschickt werden, aus dem sie wieder mit Unentschieden hervorgingen. So mussten dann die Vorrundenergebnisse über die Platzierung entscheiden. Aufgrund des Alters oder der Graduierung konnte man jedenfalls nicht auf das Leistungsniveau schließen.



Am Ende des Turniers konnte Andreas Dern den Wanderpokal für die beste Mannschaftsleistung für seine Samurais aus der Hand von Werner Petersen in Empfang nehmen. In zwei Jahren wird wieder um ihn gekämpft, dann in Aachen.

Jochen Jansen

## Landeslehrgang beim TuS 59 Hamm

45 interessierte Sportler und Sportlerinnen aus 13 Vereinen fanden sich in der Trainingsstätte des TuS 59 Hamm ein. Der Grund war ein schon lang angekündigter Landeslehrgang mit dem Referenten Wolfgang Kroel (7. Dan, Lehrwart NRW). Sein Thema waren die Prinzipien von Gegentechniken.

Dem Referenten war es wichtig, den Teilnehmern anhand von vielen unterschiedlichen Gegentechniken das Prinzip herauszustellen und zu verdeutlichen, worauf es

bei der Ausführung ankommt. Diese Vorgehensweise stellte Wolfgang zur Neugierweckung und Kurzweiligkeit teilweise etwas erheiternd vor, ohne dabei aber den nötigen Ernst außer acht zu lassen. Besonderes Augenmerk legte der Referent auf das richtige Trainieren von Gegentechniken. An zahlreichen Beispielen wurden die möglichen Fehlerquellen gezeigt und so für zukünftige Vorgehensweisen abgestellt. Denn nur die optimale Bewegungsform zum richtigen Zeitpunkt bringt den Verteidiger auf die Gewinnerstraße und nimmt dem Angreifer die Möglichkeit einer Weiterführungstechnik bzw. Gegenreaktion. Auch dies wurde eindrucksvoll demonstriert.

Mit den richtigen Ausgangslagen und dem neu gewonnen Verständnis für dieses Thema, trainierten alle Teilnehmer voll motiviert in der voll belegten Halle zur Begeisterung von Wolfgang mit. Trotz der vielen Möglichkeiten und dem Ausprobieren verschiedenster Varianten; ging der Lehrgang viel zu schnell vorüber. Ein



Zeichen, dass der Referent mal wieder den richtigen Nerv getroffen hat.

Ralf Krämer

## Wolfgang Kroel in Soest

„Bewegungsformen und Kombinationen“ war der verheißungsvolle Titel des Techniklehrgangs mit NRW-Lehrwart Wolfgang Kroel (7. Dan) beim JSC Soest. Verheißungsvoll deswegen, weil gerade das richtige Bewegen sich oft als schwierig darstellt. Trotz komplexer Thematik und heißem Wetter war die Halle voller motivierter Sportler.

Wolfgang hatte einen aufwändig aufgebauten Lehrgang im Gepäck und für alle Schwierigkeitsgrade genügend „Arbeit“ dabei. Schon bei der Erwärmung mit Zweckgymnastik baute er erst einfache, dann Mehrfachangriffe und die entsprechenden Abwehrsituationen ein.

Lehrgangziel war es, die Wichtigkeit der Bewegungsformen innerhalb jeglicher Kombinationen herauszustellen. Die richtige Position und der optimale Stand bei jeder Technik innerhalb der Kombinationen sind nicht nur zur eigenen Sicherheit wichtig. Die Techniken können nur so nahtlos und sinnvoll ineinander übergehen und zum gewünschten Erfolg führen.

NWJJV



## Vereinsangebot

Wochenendfreizeiten für Vereine empfiehlt der NWJJV in der **Sportschule/Feriendorf Hinsbeck**. Die Einrichtung des LSB befindet sich in Nähe der holländischen Grenze (Venlo). Für Vereine des NWJJV steht dort eine Mattenfläche von 100 m<sup>2</sup> kostenlos zur Verfügung. Turnhalle und Hallenbad sind vorhanden. Infos über die Geschäftsstelle des NWJJV oder beim Feriendorf Hinsbeck unter Tel.: 0 21 53 / 9 15 80.





## Atemitechniken mal anders

Trotz des heißen Wetters waren knapp 30 Ju-Jutsukas gekommen, um ihre Kenntnisse der Atemitechniken zu erweitern und mal eine andere Seite kennen zu lernen. Mit Wolfgang von der Ruhren (3. Dan Ju-Jutsu, 2. Dan Judo, Trainer Muay Thai Boxen) konnte der Budo-Club Erkelenz einen Spezialisten für das Thema dieses Lehrgangs gewinnen, der als routinierter Referent sehr detailliert auf die unterschiedlichen Ansätze und technische Ausführung in den verschiedenen Kampfsportarten einging.

Die erste Erleichterung, die Wolfgang den Trainingswilligen ermöglichte, war das Entledigen der Judo-/Ju-Jutsu-Jacken. Voll motiviert ging es dann zur Sache - Lernen was man bei den Atemitechniken denn anders machen könnte. Bereits beim Aufwärmen ging es mit aktiven Blöcken gegen Schwinger und Fauststöße los und nachdem mit den verschiedenen Ellbogentechniken der Armbereich abgehandelt war, folgte mit dem Clinchen für eingefleischte Ju-Jutsukas der erste Blick über den Tellerrand in Richtung Muay Thai Boxen.

Weiter ging es mit einigen Übungen zum Dreierkontakt, wobei Wolfgang darauf hinwies, dass der Vorteil dieser Abwehrtechnik in der schnelleren Reaktionsfähigkeit liegt,

da man von den langsamen visuellen Reflexen weg zur schnelleren taktilen Wahrnehmung übergeht. Das Ganze funktioniert natürlich nur, wenn man die Technik so intensiv trainiert (hat), dass es zu einer automatisierten Reaktion in Folge der Berührung kommt.

Aber auch die Fußtechniken wurden trainiert und hier durfte neben dem Fußstoß seitwärts und den Halbkreisfußritten vorwärts und rückwärts der besonders aus dem Muay Thai Boxen bekannte Kick mit dem Schienbein natürlich nicht fehlen. Die Schwerpunkte lagen

hier in verschiedenen Varianten der technischen Ausführung und den darauf folgenden praktischen Übungen an den Kickpads.

Im letzten Teil des organisatorisch gut aufgeteilten Lehrgangs wurde den Teilnehmern noch einmal der theoretische Hintergrund in Erinnerung gerufen. Die Wirksamkeit einer Verteidigung hängt natürlich direkt mit dem anvisierten Vitalpunkt zusammen. Die Kenntnis der Vitalpunkte und ihre Empfindlichkeit ist daher essenzielle Voraussetzung für jeden Kampfsportler.



Wolfgang von der Ruhren (links), rechts Werner Petersen, im Hintergrund Melanie Hötel vom BCE

Resümee des Ganzen: Eine umfassende Vertiefung insbesondere praxisrelevanter Techniken auch anderer Kampfsportarten, die Abwechslung und neue Ideen in den Trainingssalltag bringt.

Die Trainer des Budo-Club Erkelenz stehen für Interessenten der Sportarten Judo und Ju-Jutsu jederzeit gerne zur Verfügung. Auch Probetraining nach Absprache ist möglich. Ansprechpartner sind Christian Dicke (Tel.: 0 24 32 / 88 61) für Judo und Peter Siebertz (0 24 31 / 97 27 00) für Ju-Jutsu.

Klaus Joerßen

Duo-Serie und Freie SV beim TV Littfeld

## 3. Dan für Sascha Wege

Die Duo-Serie und die Freie SV, bei vielen Sportlern die eher ungeliebten Punkte im Prüfungsprogramm, standen beim TV Littfeld auf dem Programm. Am ersten Juni-Samstag konnte sich Referent Wolfgang Kroel (7. Dan, Lehrwart NRW) trotz des tollen Wetters über eine volle Halle freuen.

Für das Thema Duo-Serie demonstrierte Wolfgang sinnvolle Kombinationen unterschiedlicher Schwierigkeitsgrade aus den Duo-Serien. Dabei berücksichtigte er die Bewertungs- und Prüfungskriterien wie Effektivität, Wirkung, Eigensicherung sowie das unverzügliche Umsetzen der Abwehrtechnik nach erfolgtem Angriff und die Angemessenheit der SV-Technik.

Bei der Freien SV waren ihm die Vielfältigkeit der Angriffe, das angriffsgerechte Verhalten, Übersicht, Reaktion, wirkungsvolle Anwendung von Ju-Jutsu-Techniken bis hin zur erfolgreichen Abwehr wichtig. Er stellte gerade auch die Wichtigkeit von „ordentlichen“ Angriffen heraus, ohne die das Thema in der Prüfung zum Trauerspiel werden kann.

Vor dem Lehrgang jedoch würdigte Wolfgang zunächst die herausragenden sportlichen Verdienste um den Ju-Jutsu-Sport von Sascha Wege. Der Abteilungsleiter des TV Littfeld war unter anderem acht Jahre



Sascha Wege mit seiner Graduierungsurkunde zum 3. Dan

Bezirksvertreter Jugend und weitere vier Jahre im Landesverband als Referent Jugend tätig. Hier zeichnete er sich im Besonderen durch den stetigen Aufbau und die Weiterentwicklung des Ju-Jitsu-Sportes innerhalb der Kinder- und Jugendarbeit aus. Spezielle Fortbildungen wurden ausgerichtet, um die Qualität der Trainer frühzeitig der ständig anwachsenden Beliebtheit dieser Sport-

art zu optimieren. Nach wie vor leitet Sascha Wege Lehrgänge im Bereich der Jugend und ist bei den Kids sehr beliebt. Gut in der Thematik vorbereitet fließen jahrelange Erfahrung und Fingerspitzengefühl in seinen Unterricht ein. Sichtlich gerührt nahm Sascha diese besondere Auszeichnung, „den 3. Meistergrad Ju-Jitsu“ entgegen.

NWJJV



Bundeslehrgang Senioren

## Heinz Lamadé in Velbert

Am 5. Juni richtete die Ju-Jitsu-Abteilung des Velberter Judo-Clubs zum dritten mal in Folge einen Bundeslehrgang Senioren aus. Als Referent wurde auch dieses mal wieder Heinz Lamadé (8. Dan Ju-Jitsu, 5. Dan Judo, Direktor-Seniorensport des DJJV) eingeladen.

Heinz begann zum Thema Basistechniken mit Bewegungsformen aus dem Aikidobereich. Mit Abwehr- und Angriffstechniken ging es weiter zu Gegentechniken gegen Handhebel. Heinz Lamadé

zeigte interessante Kombinationen, die auch ohne große Kraftanwendung, also seniorengerecht, durchgeführt werden können. Heinz überraschte die Teilnehmer auch, mit welcher Leichtigkeit Gegentechniken aus einer vermeintlichen sicher geglaubten Ausführung einer Technik angewandt werden können.

Nach vier Stunden intensiven Trainings konnten alle viele neue Anregungen für ihr Training mit nach Hause nehmen. So wurde aus dem ruhigen Samstagnachmittag ein anstrengender und sehr interessanter Bundeslehrgang, der sowohl die jüngeren als auch die älteren Teilnehmer überzeugte.

Paul Rosik







## Landesjugendlehrgang beim TuS Keyenberg

Am Samstag, 19. Juni, brach eine Invasion von 46 Kindern mit vier Betreuern über die Sporthalle der Grundschule Keyenberg herein. Grund war ein Landesjugendlehrgang mit dem Thema „Auf der Suche nach dem Schatz des Drachen JuJu - eine Ju-Jutsu Erlebnisreise“. Der Referent Fabian Bendlow (2. Dan) aus Bonn konnte Jungen und Mädchen im Alter von sechs bis elf Jahren aus Aachen, Düren, Dremmen, Erkelenz und Eschweiler begrüßen. Er kündigte an, dass er ein Schatzsuchertagebuch gefunden habe, welches von einem geheimnisvollen Schatz berichten würde. Ein Kind durfte dann den ersten Eintrag aus diesem Schatzsuchertagebuch vorlesen. In einem Urwald solle

der Schatz des Drachen JuJu (welcher das Maskottchen der Ju-Jutsu Jugend in Deutschland ist) versteckt sein. Um sich auf diese Reise begeben zu können, mussten mehrere Laufspiele zur Erwärmung und mehrere spielerische Übungen zum Kennenlernen der anwesenden Ju-Jutsukas absolviert werden. Hiernach konnte der zweite Eintrag aus dem Schatzsuchertagebuch vorgelesen werden, wonach der Schatz von den Azteken versteckt worden sei, welche auch Spiele mit Reifen und Bällen beherrscht haben sollen. Sogleich waren alle Kinder mit Eifer dabei, diese auszuprobieren.

Nach einer kleinen Pause wurde der dritte Eintrag des Schatzsuchertagebuchs vorgelesen. Die Azteken hätten auch Kampfkünste beherrscht und viele Verteidigungstechniken vom Drachen JuJu erlernt. Diese wären auf Wandmalereien dargestellt worden. Natürlich

konnte der Referent Abbildungen dieser Malereien vorzeigen. Von einigen Ju-Jutsu-Kindern wurden die dargestellten Techniken korrekt benannt, worauf Fabian Bendlow diese dann mit den Betreuern noch eingehend vorstellte. Alle Teilnehmer waren daraufhin mit Feuereifer dabei, den Armstreckhebel, eine Handballentechnik, das Griffsprennen und das Beinstellen zu üben. Nach einer erneuten Pause wurde der letzte Teil des Schatzsuchertagebuchs vorgelesen. Auf einer Insel im Amazonas befinde sich ein Tempel der Azteken, in dem sich der Schatz, bewacht von zwei Helfern des Drachen JuJu, befinden würde. Am Flussufer wären Boote zum Überqueren des Flusses zu finden. Die Kinderschar wurde in vier Gruppen aufgeteilt und musste mit jeweils zwei Gymnastikmatten,

welche die Boote darstellten, die Halle durchqueren. Auch hier waren wieder Köpfechen und Zusammenarbeit aller Teilnehmer gefragt. Schließlich wurde die Insel erreicht, wo jedoch noch die beiden Tempelwächter während eines Bewegungsspiels überlistet werden mussten, um sich des Schlüssels und der Schatztruhe zu bemächtigen. Schließlich wurden alle Schatzsucher nach Beendigung ihrer Erlebnisreise mit „Goldbären“ für ihre Mühen belohnt. Fabian Bendlow wurde mit viel Beifall für diesen ungewöhnlichen Lehrgang verabschiedet.

Informationen zur Ju-Jutsu-Jugend bzw. zum TuS Keyenberg sind im Internet unter [www.juju-nrw.de](http://www.juju-nrw.de) bzw. [www.tus-keyenberg.de](http://www.tus-keyenberg.de) zu finden.

**Thomas Barth**



## Trainer/in für Ju-Jutsu/Jiu-Jitsu in Essen-Mitte gesucht!

Wir vom 1. Essener Judoclub suchen ab sofort für das Kinder- und Jugendtraining (10-15 Jahre) unserer Ju-Jutsu-Abteilung dringend eine(n) qualifizierte(n), motivierte(n) Trainer(in).

Trainingszeit: Mo 18:00-19:30 Uhr  
und Fr 17.30-19.30 Uhr.

Nähere Infos: [info@erster-essener-judoclub.de](mailto:info@erster-essener-judoclub.de)  
oder Tel.: 0160/155 14 77 (Michael Preis)



## Wolfgang Kroel zeigt Hebeltechniken

Auf dem Jugendlehrgang beim TuS Hamm am 27. Juni stand das Thema Hebeltechniken auf dem Programm. Als Referent eingeladen war einmal mehr NRW-Lehrwart Wolfgang Kroel (7. Dan), der sich einer gut gelaunten und motivierten Kindermeute gegenüber sah. Zunächst ließ es sich aber Walter Wehrmann (8. Dan und Ehrenpräsident des NWJJV) nicht nehmen, den Referenten

persönlich zu begrüßen.

Dann jedoch ging es an die Arbeit. Ziel war es, Hebeltechniken in kindgerechten Kombinationen zu erarbeiten und umzusetzen. Kinder und Jugendliche erfordern altersgerechte methodisch-didaktische Mittel, und Wolfgang verstand es, mit einem geschickten Lehrgangsaufbau die Kleinen bei Laune zu halten. Häufige Lernkontrollen durch Vorführen der Kombinationen einerseits und nicht zu leichte Kombinationen, die die Trainingsmotivation hoch hielten, sorgten für Spaß und konzentrierte Arbeit.

NWJJV

## Gegentechniken beim HAT in Hilden

Am 8. Mai 2010 trafen sich 46 Ju-Jutsukas beim HAT in Hilden zu dem Lehrgang „Prinzip der Gegentechnik“. Als Referent zu diesem Thema durfte der Hildener Verein Wolfgang Kroel (7. Dan) begrüßen, der durch den Bezirksvertreter Jonny Dekorsi (4. Dan) unterstützt wurde.

Nach einer kurzen aber intensiven Aufwärmphase durch Jonny stiegen wir direkt und

ohne große Vorrede in das Thema ein: nicht bloßes Zerstören der gegnerischen Technik, sondern intelligente Optimierung der eigenen Position bei gleichzeitiger Schwächung des Angreifers stand im Vordergrund. Dieses Prinzip veranschaulichte Wolfgang, indem er Techniken mit praktischen Beispielen wie Armstreck-, Drehstreck-, Kipphand- oder Armbeugehebel verdeutlichte. Er hielt den theoretischen Teil kurz, so dass wir einen hohen Teil an Praxis, sprich intensiv arbeiten mussten. Die Technikausführung wurde von Wolfgang und Jonny kritisch optimiert und sie standen uns mit Rat und Tat zur Seite. Besonders Wert legte Wolfgang darauf, dass seine Techniken u.a. sehr praxisnah sind, da er selbst kein Fan von „Spielereien“ ist, wie er mehrfach betonte.

Alles in Allem war es ein sehr guter Lehrgang, auf dem manch einer das Prinzip der Gegentechnik erst richtig verstand und direkt Techniken an die Hand bekam, die leicht nachvollziehbar und gut erlernbar sind. In diesem Sinne einen herzlichen Dank an die Referenten für einen überaus gelungenen Lehrgang.

Rebecca Hock

## Ausschreibungen

### Landeslehrgang Technik

**Veranstalter:** NWJJV e.V.

**Ausrichter:** PTSV Aachen.

**Thema:** Kombinationen und Vielfältigkeit am Boden.

**Datum:** Samstag, 11. September 2010.

**Zeit:** 14.00 - 18.00 Uhr.

**Referent:** Thomas Stommel, 4. Dan.

**Kosten:** 10,00 €.

### Landeslehrgang Technik Bezirk Bielefeld

**Veranstalter:** NWJJV e.V.

**Ausrichter:** Lemgo Lippe e.V.

**Thema:** Waffenabwehr.

**Datum:** Samstag, 11. September 2010.

**Zeit:** 14.00 - 18.00 Uhr.

**Referent:** Ralf Kettler, 5. Dan.

**Kosten:** 10,00 €.





## Landeslehrgang Technik Bezirk Mönchengladbach

Verlängerung 5 UE / Tr. C  
**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** JJJC Nettetal.  
**Thema:** Gegen- und Weiterführungstechniken.  
**Datum:** Samstag, 11. September 2010.  
**Zeit:** 14.00 - 18.00 Uhr.  
**Referent:** Brian Smith, 3. Dan.  
**Kosten:** 10,00 €.

## 2. Kampfrichter Aus- und Fortbildung 2010

**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Datum:** Samstag, 11. September 2010.  
**Zeit:** 13.00 - 19.00 Uhr.  
**Ort:** Geschäftsstelle des NWJJV e.V.  
**Leitung:** Natascha Rouette, Kampfrichterreferentin.  
**Kosten:** keine.

## Landeslehrgang Technik

Verlängerung 5 UE / Tr. C  
**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** JC Eitorf.  
**Thema:** Bitte Homepage des NWJJV beachten.  
**Datum:** Samstag, 18. September 2010.  
**Zeit:** 14.00 - 18.00 Uhr.  
**Referent:** Dieter Knüttel, Bundestrainer Modern Arnis.  
**Kosten:** 15,00 €.

## Landeslehrgang Technik Ü40

**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** JJV Plettenberg.  
**Thema:** Basistechniken, Kombinationen.  
**Datum:** Samstag, 18. September 2010.  
**Zeit:** 14.00 - 18.00 Uhr.  
**Referenten:** Dieter Call, 8. Dan, Robert Prümm, 7. Dan.  
**Kosten:** 10,00 €.

## Landeslehrgang Technik

**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** TV Littfeld.  
**Thema:** Komplexaufgabe - Wurftechniken im Ju Jutsu.  
**Datum:** Samstag, 25. September 2010.  
**Zeit:** 14.00 - 18.00 Uhr.  
**Referent:** Walter Halmes, 6. Dan.  
**Kosten:** 10,00 €.

## Landeslehrgang Jugend

**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** PTSV Aachen.  
**Thema:** Spielereien and more - mit dem Stock.  
**Datum:** Samstag, 25. September 2010.  
**Zeit:** 15.00 - 18.00 Uhr.  
**Referent:** Reinhard Ogrodnik, 6. Dan.  
**Kosten:** 3,00 / 5,00 €.

## Landeslehrgang Vereinstrainer

Verlängerung 5 UE / Tr. C  
**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** JSC Soest.  
**Thema:** Fortbildung für Vereinstrainer.  
**Datum:** Sonntag, 26. September 2010.  
**Zeit:** 10.00 - 14.00 Uhr.  
**Referent:** Mitglied des Prüfergremiums.  
**Kosten:** 10,00 €.

## Landeslehrgang Technik

Verlängerung 5 UE / Tr. C  
**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** PSV Duisburg.  
**Thema:** Prinzip der Hebeltechniken.  
**Datum:** Samstag, 2. Oktober 2010.  
**Zeit:** 14.00 - 18.00 Uhr.  
**Referenten:** Wolfgang Kroel, 7. Dan, Lehrwart NRW, Johnny Dekorsi, 4. Dan, Bezirksvertreter.  
**Kosten:** 10,00 €.

## Landeslehrgang Technik Bezirk Aachen

**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** TV Konzen.  
**Thema:** Vielfältigkeit für die Prüfung.  
**Datum:** Samstag, 2. Oktober 2010.  
**Zeit:** 14.00 - 18.00 Uhr.  
**Referenten:** Dieter Call, 8. Dan, Robert Prümm, 7. Dan.  
**Kosten:** 10,00 €.

## Lehreinweisung 2

Lehrgang für Neuerteilung und Verlängerung 15 UE bei abgelaufener Lizenz.  
**Meldung:** schriftlich bis spätestens vier Wochen vorher an die Geschäftsstelle des NWJJV.  
**Veranstalter:** NWJJV.  
**Ausrichter:** JK Hagen.  
**Datum/Zeit:** Samstag, 9. Oktober 2010, 10.00 - 18.00 Uhr

Seminarraum. Sonntag, 10. Oktober 2010, 10.00 - 14.00 Uhr  
 Dojo. Prüfung am 24. Oktober 2010, ab 10.00 Uhr.  
**Ort:** Seminarraum und Dojo des JK Hagen.  
**Referent:** Wolfgang Kroel, 7. Dan, Lehrwart NRW.  
**Kosten:** 25,00 €.  
**Vermerk:** Die Lehreinweisung hat nach Erwerb eine Gültigkeit von zwei Jahren und kann innerhalb dieser Zeit mit einem speziell hierfür ausgeschriebenem Lehrgang 5 UE verlängert werden. Sind die zwei Jahre jedoch abgelaufen muss die Lehreinweisung mit 15 UE verlängert werden. Eine Prüfung wird nicht abverlangt. Termin nächste Lehreinweisung: 12/13.02.2011.

## Landeslehrgang Jugend

**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** TV Littfeld.  
**Thema:** Prüfungsprogramm.  
**Datum:** Samstag, 9. Oktober 2010.  
**Zeit:** 15.00 - 18.00 Uhr.  
**Referenten:** Frank Zimmermann, 2. Dan, Markus Bräm, 3. Dan.  
**Kosten:** 3,00 / 5,00 €.

## Landeslehrgang Technik

**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** DJK Coesfeld.  
**Thema:** Kombinationen im Ju Jutsu.  
**Datum:** Samstag, 9. Oktober 2010.  
**Zeit:** 14.00 - 18.00 Uhr.  
**Referent:** Sven Lövenich, 4. Dan.  
**Kosten:** 10,00 €.

## Landeslehrgang Technik Bezirk Köln

**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** JC Eitorf.  
**Thema:** Prüfungsprogramm bis 1. Kyu.  
**Datum:** Samstag, 23. Oktober 2010.  
**Zeit:** 14.00 - 18.00 Uhr.  
**Ort:** Dojo des JC Eitorf.  
**Referenten:** Reinhard Ogrodnik, 6. Dan, Jörg Schallenberg, 3. Dan.  
**Kosten:** 10,00 €.

## Landeslehrgang Technik Bezirk Siegen

**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** JV Siegerland.  
**Thema:** Prüfungsrelevante Themen im Kyu-Bereich.  
**Datum:** Sonntag, 24. Oktober 2010.  
**Zeit:** 10.00 - 14.00 Uhr.  
**Referent:** Markus Lupp, 2. Dan, Bezirksvertreter.  
**Kosten:** 10,00 €.

## Landeslehrgang Technik Bezirk Arnsberg

**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** Dokan Hagen.  
**Thema:** Prüfungsrelevante Themen 1.- 3. Kyu.  
**Datum:** Sonntag, 24. Oktober 2010.  
**Zeit:** 10.00 - 14.00 Uhr.  
**Referent:** Ralf Krämer, 4. Dan, Bezirksvertreter.  
**Kosten:** 10,00 €.

## Bezirksprüfung Aachen

**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** TV Konzen.  
**Datum:** Samstag, 30. Oktober 2010.  
**Zeit:** Beginn 14.00 Uhr.  
**Leitung:** Werner Petersen, Bezirksvertreter.  
**Kosten:** je nach Teilnehmerzahl.

## Dan-Vorbereitung 5

**Veranstalter:** NWJJV e.V.  
**Ausrichter:** SV Menden.  
**Datum:** Sonntag, 31. Oktober 2010.  
**Zeit:** 10.00 - 14.00 Uhr.  
**Referent:** Mitglied des Prüfergremiums.  
**Kosten:** 10,00 €.

### *In eigener Sache!*

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

## Terminübersicht 2. Halbjahr 2010

### September 2010

**Samstag, 18. September 2010**  
6. Dan-Vorbereitungslehrgang, Fachschaft Shaolin Kempo Blockformen, Wesel/Büderich

**Freitag, 24. September 2010**  
Kampfrichteraus- und Fortbildung der DWF e.V., Formen und Vorführungswettbewerbe nach nationalem und internationalem Regelwerk

**Samstag/Sonntag, 25./26. September 2010**  
Deutsche Wushu-Meisterschaften für Formen, Partner- und Gruppenvorführungen, Selbstverteidigung, Leicht-, Semikontakt und Sanshou

### Oktober 2010

**Samstag, 2. Oktober 2010**  
Technik-Lehrgang Semi- und Leichtkontakt; Techniken, wett-kampfmäßig ausgerichtet

**Sonntag, 3. Oktober 2010**  
Shaolin Kempo Meisterform für den 5. Dan, Chang Long Fa

**Samstag/Sonntag, 9./10. Oktober 2010**  
Taiji-Sonderlehrgang mit chinesischen Meistern, Faust-, Schwert- und Fächerform

**Dienstag, 12. Oktober 2010 bis Samstag, 16. Oktober 2010**  
Trainingscamp für die Jugend in den Herbstferien; traditionelles Wushu, Selbstverteidigung, Leichtkontakt

**Samstag, 30. Oktober 2010**  
7. Dan-Vorbereitungslehrgang, Fachschaft Shaolin Kempo Kumite, in Goch

**Sonntag, 31. Oktober 2010**  
Sonderlehrgang verschiedene Kungfu Stile mit unterschiedlichen Referenten

### November 2010

**Samstag, 6. November 2010**  
NRZ-Niederrheincup für Semi- und Leichtkontakt; für Jugendliche und Erwachsene; für alle Sportler der DWF e.V. offen

**Samstag, 13. November 2010**  
Erste-Hilfe-Lehrgang; offen für alle Sportler der DWF e.V.

**Sonntag, 14. November 2010**  
Shaolin Kempo Meisterform für den 5. Dan, Chang Long Fa

**Samstag, 14. November 2010**  
Prüfungsvorbereitungslehrgang, Kungfu/Dju su in Rees; nach Maßgabe der Prüfungsordnung, Teilnehmer: ab Gelbgurt

**Samstag, 20. November 2010**  
8. Dan-Vorbereitungslehrgang, Fachschaft Shaolin Kempo Selbstverteidigung, in Goch

**Sonntag, 21. November 2010**  
Trainerfortbildungslehrgang Sportmedizin, Physiotherapie, Vereinsrecht, Organisationsstrukturen; offen für alle interessierten Sportler

**Samstag, 27. November 2010**  
Mitgliederversammlung des WVNW e.V.; für die Delegierten der Mitgliedsvereine

### Dezember 2010

**Samstag, 4. Dezember 2010**  
Dan-Prüfungen des WVNW e.V.

**Sonntag, 12. Dezember 2010**  
Fachschaftsversammlung 2010 der Fachschaft Shaolin Kempo in Repelen, für alle Shaolin Kempo-Dan-Träger laut Verfahrensordnung

**Donnerstag, 24. Dezember**  
Beginn der Weihnachtsferien in Nordrhein Westfalen

Der WVNW bietet an!

### Sonderlehrgänge und Stützpunkttraining

für alle Mitglieder des WVNW und alle Mitgliedsvereine des Budo-Dachverbandes

Um das breite Spektrum des Wushu/Kungfu bekannter zu machen, möchten wir das, was unsere Mitgliedsvereine so unterschiedlich macht, an Euch weitergeben.

#### Samstag/Sonntag, 9./10. Oktober 2010

Taiji-Sonderlehrgang mit Chinesischen Meistern Faust-, Schwert- und Fächerform

#### Sonntag, 31. Oktober 2010

Sonderlehrgang verschiedene Kungfu Stile mit unterschiedlichen Referenten

#### Stützpunkttraining Taijiquan des WVNW im LLZ Rees

Taijiquan, ein Gesundheitssport aus dem Reich der Mitte

Geeignet für alle, die Spaß an der Bewegung haben und sich mit dem TJJQ gern beschäftigen. Es wird der gesamte Bewegungsapparat mit Einbeziehung der Atmung trainiert. Koordination und Kondition werden genauso geschult wie Ruhe, Ausgeglichenheit und Harmonie. Wir wollen mit einem vierzehntägigen Stützpunkttraining allen Neuanfängern, Sportlern mit geringen Kenntnissen sowie Wiedereinsteigern eine Basis zum Erlernen der Formen geben, die auf den Samstag-Lehrgängen vermittelt werden.

Stützpunkttraining ab September immer mittwochs: 15.09., 29.09., 13.10., 27.10., 10.11., 24.11., 08.12.

Weitere Informationen erhalten Sie unter:

Tel.: 0 28 41 / 4 48 78, E-Mail: wvnw@arcor.de



Taiji-Gruppe aus NRW mit Taiji-Übungen auf der chinesischen Mauer

### Bitte beachten Sie die nächsten Erscheinungstermine des „budoka“!

**Ausgabe 10/2010 - Oktober 2010**

Redaktionsschluss: 1.9.2010 - erscheint Anfang Oktober

**Ausgabe 11/2010 - November 2010**

Redaktionsschluss: 1.10.2010 - erscheint Anfang November



# 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

**Ansprechzeiten der Geschäftsstelle:**  
 Montags bis Donnerstags 9.00 - 12.00 Uhr und 12.30 - 15.00 Uhr, freitags 9.00 - 12.00 Uhr

<b>AIKIDO</b>	<b>Nordrhein-Westfälischer Aikido-Verband e.V.</b>	Volker Marczona Poststr. 48 a 47198 Duisburg	Tel.: 02066 37304 Volker.Marczona@t-online.de	www.aikido-nrw.de
<b>GOSHIN-JITSU</b>	<b>Goshin-Jitsu Verband Nordrhein-Westfalen e.V.</b>	Geschäftsstelle Günter Tebbe Lohsestr. 3-5 50733 Köln	Tel.: 0221 1794271 Tel.: 0221 1794274 Fax: 0221 1794273 g-tebbe@t-online.de	www.goshin-jitsu.de
<b>HAPKIDO</b>	<b>Nordrhein-Westfälischer Hapkido-Verband e.V.</b>	Geschäftsstelle Guido Böse Fleitmannstr. 17 58239 Schwerte	Tel.: 02304 78525 vorstand@hapkido-nrw.de	www.hapkido-nrw.de
<b>JIU-JITSU</b>	<b>Jiu-Jitsu Union Nordrhein-Westfalen e.V.</b>	Geschäftsstelle Benedikt Meinhardt Bismarckstr. 32 42551 Velbert	Tel.: 02051 81718 Fax: 02051 81718 geschaeftsstelle@jju-nw.de	www.jju-nw.de
<b>JIU-JITSU</b>	<b>Deutscher Jiu-Jitsu Bundes-Landesverband Nordrhein-Westfalen e.V.</b>	Peter Rasche Maxstr. 33 45479 Mülheim a.d. Ruhr	Tel.: 0208 4125926 Fax: 0208 4125913	www.djjb.de
<b>JIU-JITSU</b>	<b>Deutscher Fachsportverband für Jiu-Jitsu Nordrhein-Westfalen e.V.</b>	Geschäftsstelle Andreas Kress Nordring 15 50765 Köln	Tel.: 0221 7405666 Fax: 0221 7409900 Kress.andreas@t-online.de	www.dfjj.de
<b>JUDO</b>	<b>Nordrhein-Westfälischer Judo-Verband e.V.</b>	Geschäftsstelle Postfach 10 15 06 47015 Duisburg  Friedrich-Alfred-Str. 25 47055 Duisburg	Tel.: 0203 7381-622 Fax: 0203 7381-624 info@nwjv.de	www.nwjv.de www.judoverband.de
<b>JU-JUTSU</b>	<b>Nordrhein-Westfälischer Ju-Jutsu Verband e.V.</b>	Geschäftsstelle Ulrich-Brisch-Weg 1 50858 Köln	Telefon: 0221 9918005 Telefax: 0221 9918007 nwjv@netcologne.de	www.ju-jutsu-nwjjv.de
<b>KARATE</b>	<b>Karateverband Nordrhein-Westfalen e.V.</b>	Geschäftsstelle Monika Assmann Waldenburger Str. 21 b 44795 Bochum	Tel.: 0234 94429898 Fax: 0234 3386153 Kontakt@karateNW.de	www.KarateNW.de
<b>KENDO KYUDO</b>	<b>Nordrhein-Westfälischer Kendo-Verband e.V.</b>	Thorsten Mesenholl Metzmachersrath 43 42111 Wuppertal  Landessachbearbeiter Kyudo Reinhard Kollotzek Benrather Str. 31 a 40721 Hilden	Tel.: 0202 2721717 thorstenmesenholl@freenet.de  Tel.: 02103 53899 Tel.: 0211 9396333	www.nrwkendo.de
<b>TAEKWONDO</b>	<b>Nordrhein-Westfälische Taekwondo-Union e.V.</b>	Geschäftsstelle Andreas Braun Hindenburgstr. 28 51766 Engelskirchen	Tel.: 02263 903738 Fax: 02263 903739 nwtu-ev@t-online.de	www.nwtu.de
<b>TAEKWON-DO</b>	<b>Nordrhein-Westfälischer Taekwon-Do Verband e.V.</b>	Geschäftsstelle Wilfried Peters Overgünne 241 44269 Dortmund	Tel.: 0231 8820091 Fax: 0231 8820091 Mobil: 0173 7253876 WilfriedPeters@aol.com	www.nwtdv.de
<b>TAEKWON-DO</b>	<b>International Taekwon-Do Federation - Deutschland Landesverband Nordrhein-Westfalen e.V.</b>	Paul Weiler Malvenweg 27 51061 Köln	Tel.: 0221 639518 Fax: 0221 6367863 P.Weiler@itf-d.de	www.ITF-NW.de
<b>WUSHU</b>	<b>Wushu Verband Nordrhein-Westfalen e.V.</b>	Geschäftsstelle Manfred Eckert Melatenweg 144 46459 Rees	Tel.: 02851 58490 Fax: 02851 2921 praesident@wushudwf.de	www.wushu-nrw.de

# BUDO-GALA

Das Original



www.budogala.com **on Tour**

Das Kampfkunstereignis des Jahres

**Tel.-Hotline: 02845 81 81**



Krav Maga  
Jiu-Jitsu  
Kung Fu  
Nunchaku  
Wing Tsun  
Music Forms  
Show Teams  
Karate  
u.v.mehr

[www.budogala.com](http://www.budogala.com)

**29.10.2010**

Ruhrmetropole  
Mühlheim/Ruhr  
RWE-HALLE

**30.10.2010**

ZÜRICH  
SAALSPORTHALLE  
BUDO-MEETING

**31.10.2010**

PARIS

Deutschland  
Schweiz  
Frankreich

