

REI *digital*

Online-Newsletter des JC Taiyoo Naters-Brig

Jahrgang 4 - Ausgabe 1 - Oktober 2017



Liebe Judoka, liebe Eltern, werte Passiv/Ehrenmitglieder und Freunde vom Judoclub Taiyoo Naters-Brig

Es freut mich sehr, dass wir nach einer längeren Pause wieder einen Newsletter vom Judoclub Taiyoo Naters-Brig verschicken können. Das REI-digital ist für den Vorstand eine sehr gute Gelegenheit, den Vereinsmitgliedern und Freunden unseres Clubs zu zeigen, was bei uns im Verein so alles läuft.

Als Erstes möchte ich denjenigen danken, die mit ihren Artikeln zu dieser Ausgabe beigetragen haben. Speziell danken möchte ich unserem ehemaligen Präsidenten Karl-Peter Jungius für die Unterstützung beim Layout von REI-digital. Für mich als neuer Präsident ist es sehr schön zu sehen, wie der Verein lebt, und wie zahlreich Mitglieder und Eltern an unseren Vereinsanlässen teilnehmen.

Nächstes Jahr ist es bereits 50 Jahre her, dass unser Judoclub gegründet wurde. Dieses Jubiläum werden wir zum Anlass nehmen, um mit verschiedenen Veranstaltungen das 50-jährige Bestehen des Vereins zu feiern. Unter anderem werden wir wieder einmal ein Lager während dem Auffahrtswochenende durchführen. Das bedeutet Spiel und Spass für die gesamte Familie. Zudem haben wir dafür gesorgt, dass die Wallisermeisterschaften (Einzel und Mannschaft) nächstes Jahr am 6. und 7. Oktober in Naters stattfinden werden.

Auch dieses Jahr werden wir am 17. Dezember wieder unseren Adventsanlass durchführen, zu dem alle Mitglieder, Eltern und Verwandte herzlich eingeladen sind. Es würde mich freuen, Euch an diesem Tag im Dojo persönlich begrüßen zu dürfen.

Der Präsident
Jossen Christoph

Judoclub Taiyoo Naters-Brig
- der Judoclub im Oberwallis –
(gegründet am 1. März 1968 in Brig)

Website: www.judoclub-natersbrig.ch

Unsere Trainingszeiten 2017 / 2018

<u>Wochentag</u>	<u>Zielgruppe</u>	<u>Trainer/in</u>	<u>Uhrzeit</u>
Montag	Anfänger / Schüler	Christoph Jossen	17:30 – 18:30
Montag	Schüler / Jugend	Daniel Pfaffen	18:30 – 20:00
Mittwoch	Fortgeschrittene	Erwin Sarny	19:30 – 21:00
Donnerstag	Schüler	Daniel Pfaffen	17:00 – 18:30

Die Trainings finden wöchentlich in unserem Dojo in Naters statt, nicht jedoch während der Schulferien. Bei kurzfristigen Änderungen informieren die Trainer.

Termine im IV. Quartal 2017

14.10.2017: Walliser Einzelmeisterschaften in Collombey

05.11.2017: Katakurs in Sion

05.11.2017: Walliser Mannschaftsmeisterschaften in Collombey

17.12.2017: Adventsanlass im Dojo des JC Taiyoo Naters-Brig

16.12.2017: Technischer Kurs in Sion

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, sich bei den Trainern zu melden. Die Betreuung der Teilnehmenden ist gewährleistet.

ACHTUNG - Terminänderung

Der diesjährige Adventsanlass des Judoclub Taiyoo Naters-Brig findet abweichend von der ursprünglichen Kommunikation am

Sonntag, 17. Dezember 2017

in unserem Dojo in Naters statt! Weitere Informationen folgen in den Trainings.

Wir freuen uns sehr darauf, zu diesem Anlass zahlreiche Judokas sowie Eltern, Grosseltern, Freunde und Gäste in unserem Trainingslokal zu begrüßen!

Terminvorschau 2018

25.03.2018: Ornavasso-Cup in Naters, Turnhalle Klosi

10.05.2018 bis 13.05.2018: Judolager des JC Taiyoo Naters-Brig in Altnau (am Bodensee) anlässlich des 50-jährigen Clubjubiläums

Alterskategorien 2018

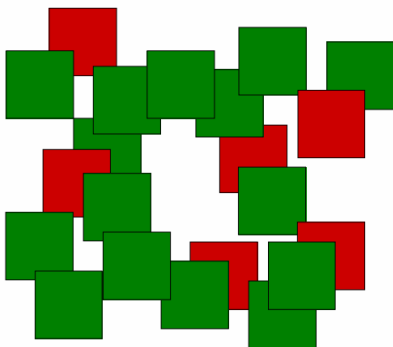
Geburtsjahr Kategorie	2012 (U7)	2011 U9	2010 U9	2009 U11	2008 U11	2007 U13	2006 U13	2005 U15	2004 U15
	Schüler D			Schüler C		Schüler B		Schüler A	
Geburtsjahr Kategorie	2003 U18	2002 U18	2001 U18	2000 U21	1999 U21	1998 U21	1997 (U23)	1996 (U23)	1995 E
	Jugend			Junioren			Elite		

Gurtprüfung 2017

Zum Abschluss des Schuljahres 2016/17 fanden die Gurtprüfungen der Schüler- und Jugendtrainingsgruppen statt. In beiden Gruppen wurden schöne Würfe und Haltegriffe gezeigt, auf die sich die weiteren Judo-Techniken aufbauen lassen. Das aktuelle Prüfungsprogramm mit den Voraussetzungen für die jeweiligen Gürtel ist auf unserer Vereinshomepage zu finden. Alle Judoka haben ihre Prüfung bestanden! Herzliche Gratulation und eine erfolgreiche und verletzungsfreie neue Saison.

Marcel Suhartono

Mattensponsoring



Unser Dojo ist mit zwei Lagen Matten ausgestattet, was sich für das Üben der Wurftechniken als sehr positiv erwiesen hat, da man deutlich weicher fällt. Ein Teil der Matten der unteren Schicht sind inzwischen in die Jahre gekommen und muss dringend ausgetauscht werden. Für dieses Projekt fehlen dem Club noch etwa CHF 1'000. Es wäre schön, wenn sich Sponsoren finden. Jede Spende ist willkommen. Ab einem Betrag von CHF 100 wird der Sponsor auf unserer Ehrentafel neben dem Eingang auf "seiner" Matte eingetragen.

J&S Fortbildungsmodul 2017

Wie alle 2 Jahre war dieses Jahr für die J&S Leiter wieder ein Fortbildungsmodul notwendig. Diese Fortbildungsmodule müssen alle J&S Leiter im 2-Jahresrhythmus absolvieren, damit sie die Anerkennung nicht verlieren. Da Sarah Jungius am von mir vorgeschlagenen Termin nicht teilnehmen konnte, sind nur Daniel Pfaffen und ich, Erwin Sarny, nach Siebnen im Kanton Schwyz an den schönen Zürichsee gereist. Sarah hat sich entschieden, einen Kurs zu einem späteren Zeitpunkt zu besuchen.

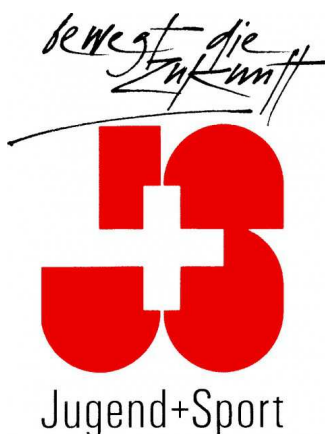
Also sind Dani und ich am Samstag, 22. April, zu früher Stunde von Naters aus losgefahren. Dani war der Chauffeur, ich der Beifahrer. Um den Verladezug um 06:00 Uhr in Oberwald zu erwischen, mussten wir gegen 05.15 Uhr losfahren. Es herrschte noch Nacht. Um 08.00 Uhr sind wir in Siebnen angekommen und haben uns einen guten Kaffee gegönnt.

Um 09.00 Uhr ging es mit der Einführung los. Der Kurs war ein kombinierter mit Ju Jitsu, was mir sehr gelegen kam, bereite ich mich mit Sarah doch gerade auf den 3. Dan vor, und wir müssen im Rahmen dieser Prüfung die Ju Jitsu Kata vorführen. Bereits vor zwei Jahren haben Dani und ich am selben Kurs teilgenommen und waren restlos begeistert. Der Kursleiter, Linus Bruhin, ist J&S Experte für das Ju Jitsu und somit eine ausgewiesene Kapazität.

Nach der kurzen Information über den Tagesablauf ging es bereits mit der ersten Theorielektion los. Wie immer, nicht so wirklich prickelnd. Schon viel interessanter verlief die erste Praxiseinheit, welche eineinhalb Stunden dauerte. Wir konnten tolle Ju Jitsu-Techniken ausprobieren, und auch der Spass kam nicht zu kurz. Nach dem Mittagessen stand die nächste Theorieeinheit auf dem Programm; noch immer nicht wirklich prickelnd. Dafür entschädigte das nachfolgende eineinhalb Stündige Training im Anschluss. Wieder konnten wir tolle Techniken ausprobieren, diesmal Judo. Der Kurs bot gute Abwechslung und inspirierte uns zu neuen Ideen, welche im Training zum Teil bereits eingeflossen sind oder noch einfließen werden. Höhenflüge sind vorprogrammiert. Gegen fünf Uhr konnten wir Müde, aber zufrieden die Heimreise antreten.

Das Aufstehen am Morgen war mühsam, die Reise Lange, doch Entschädigte das Training und der Austausch mit anderen Teilnehmern für die Strapazen. Auf dass wir uns in zwei Jahren wieder sehen.

Erwin Sarny (J&S Coach)



21. Anfängerturnier in Sitten

Am Sonntag, den 18. Juni, fand in Sitten ein Anfängerturnier für Judokas im Alter zwischen 6 und 10 Jahren statt. Nachdem kurz zuvor die Gurtprüfungen durchgeführt worden waren, war dies eine gute Gelegenheit für die jungen Judokas, erste Wettkampferfahrungen zu sammeln. Das Turnier wurde vom Judo Club Sion sehr gut organisiert. Vor Beginn des Turniers führten die Trainer des gastgebenden Vereins ein Aufwärmen für alle Wettkämpfer durch. Anschliessend begannen die Kämpfe. Bei der Einteilung der Gruppen wurde grosser Wert auf die Ausgeglichenheit der Pools gelegt. Neben dem sportlichen Anlass stand den mitgereisten «Fans» eine gute Kantine für das leibliche Wohl zur Verfügung. Alessandro Hutter, Sandro Imstepf und Jan Zuber erreichten in ihren Kategorien den hervorragenden zweiten Platz. Matthew Andrews, Elia Imwinkelried, Timo Mutter, Gianmaria Del Zordo und Leon Margelisch wurden jeweils Dritte in ihrer Kategorie.

Daniel Pfaffen



Hinten vlnr. Matthew Andrews, Alessandro Hutter, Jan Zuber, Timo Mutter, Gianmaria Del Zordo, Leon Margelisch, vorne vlnr. Elia Imwinkelried, Sandro Imstepf

Dojo-Putztag 2017

Am Samstag, den 12. August 2017 trafen sich am Vormittag gut 20 Mitglieder und Freunde des Vereins zum jährlichen Dojo-Putztag. In kleinen Teams wurde das Dojo wieder auf Vordermann gebracht. Es wurden die Fenster geputzt, die Holzbalken der Dachkonstruktion entstaubt und die Wiese vor dem Dojo gemäht. Die Entrümpelung und Neustrukturierung der Schränke sowie des Dachbodens war auch wieder an der Zeit. Die so geschaffene neue Ordnung wird hoffentlich bis zum nächsten Putztag oder darüber hinaus halten. Des Weiteren wurde begonnen das Dojo mit einer Portrait-Zeichnung von Jigoro Kano zu verschönern (siehe separater Bericht). Zum Ausklang des erfolgreichen Putztages wurde mittags gemeinsam grilliert. Beim gemütlichen Beisammensein wurden Ideen für die nächsten gemeinsamen Aktionen ausgetauscht.

Marcel Suhartono



Ohne Fleiss kein Preis – Fleissige Hände am Dojoputztag 2017

Porträt von Jigoro Kano in unserem Dojo in Naters

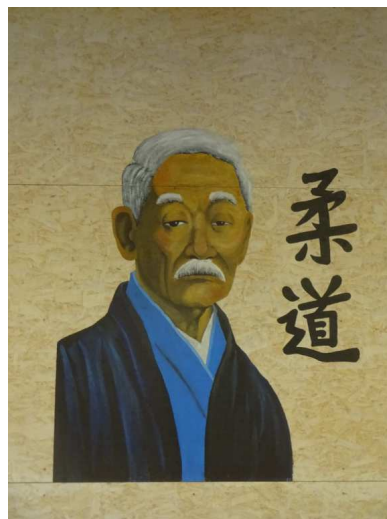
Im kommenden Jahr feiert unser Judoclub sein 50jähriges Bestehen. Zu diesem Jubiläum hat der Vorstand ein Portrait von Jigoro Kano, dem Begründer des Judos, in Auftrag gegeben: Es sollte an der Rückwand unseres Dojos Platz finden und damit das Shomen optisch ausschmücken. In Japan wird die Vorder- bzw. Frontseite des Dojos als Shomen bezeichnet. Traditionell liegt das Shomen dem Eingang des Ortes für das Training gegenüber. Das Shomen kann der Ehrenplatz des Raumes sein und beherbergt zum Beispiel die Dojoregeln oder ein Bildnis des Meisters und kann durch japanische Schriftzeichen geschmückt sein.

Ein Judo-Training beginnt und endet immer mit einer gemeinsamen Verbeugung. Der japanische Dankes- und Höflichkeitsausdruck *Rei* bedeutet sinngemäss "Danke, dass ich hier üben darf". Die Art, Anzahl und Ausführung der Verbeugungen hängt von den Gepflogenheiten im Dojo, dem Trainingsraum, ab. Übliche Formen sind die Verbeugung vor dem Shomen (*Shōmen ni rei*) und/oder vor dem Lehrer (*Sensei ni rei*). Die Verneigung vor dem jeweiligen Übungspartner (*Otagai ni rei*) erfolgt vor dem Beginn einer jeden einzelnen Übung. Die Verneigung kann im Sitzen (*Zarei*) oder Stehen (*Ritsurei*) erfolgen.

Dem Shomen wird beim Betreten und beim Verlassen des Mattenfeldes wie einer Person zur Begrüssung eine Verneigung entgegengebracht. Mit dem neuen Bild auf der Rückseite unseres Dojos haben wir nun die Möglichkeit, dies noch bewusster zu tun.

Das Projekt mit dem Portrait von Jigoro Kano und dem Schriftzug *Judo* wurde im August 2017 von Leah Jungius entworfen und umgesetzt. Die ersten Arbeiten und Pinselstriche im Dojo erfolgten zum diesjährigen Dojoputz am 12. August. Fertig gestellt wurde es in den ersten Septemberwochen.

Christiane Jungius



Jigoro Kanos Porträt in unserem Natischer Dojo: Entstehung und Ergebnis

Judo-Promotionsturnier in Liestal am 19. August 2017

Um auf die Schwarzgurtprüfung (Dan) zugelassen zu werden, braucht man für die Prüfungsformel 4 neben diversen Katakursen und technischen Kursen auch mindestens 10 Kämpfe an sogenannten Promotionsturnieren. Promotionsturniere werden speziell organisiert für Judoka, welche sich auf Dan-Prüfungen vorbereiten und seit mindestens 10 Jahren an keinen offiziellen Wettkämpfen mitgekämpft haben. Der Grund dafür ist, dass man die Verletzungsgefahr so tief wie möglich halten will. Christoph Jossen und Marcel Suhartono haben am 19. August 2017 an ihrem ersten Promotionsturnier teilgenommen. Das Turnier fand in Liestal (BL) statt. Christoph berichtet über seine Eindrücke von diesem Turnier:

Gegen 9 Uhr bin ich im Dojo in Liestal eingetroffen. Da die Zugverbindung aus dem Wallis nicht anders möglich war, hatte ich vor dem Start noch ca. 1 Stunde Zeit, mich im noch leeren Dojo vom Judokai Liestal umzusehen und mit den Verantwortlichen zu sprechen. Der Budokai Liestal hat ein sehr schönes und grosses Dojo. Nach kurzer Zeit traf auch Marcel ein, der direkt von Basel angereist war. Es war schon ein mulmiges Gefühl so am ersten Turnier seit sehr langer Zeit teilzunehmen. Entsprechend hoch war auch die Nervosität bei beiden von uns. Langsam füllte sich das Dojo, und man hat sich untereinander freundlich begrüsst. Es war schnell klar, dass es hier eine sehr kollegiale Veranstaltung wird. Trotzdem hat man sich gegenseitig ausgemustert, bereits erste Urteile gefällt, welchen Gegner man wohl mit welcher Technik am ehesten Paroli bieten kann, und bei wem man wohl eher keine Chance hat. Zu unserem Erstaunen haben auch einige Schwarzgurträger am Turnier teilgenommen. Insgesamt kamen 10 Männer und 6 Frauen, die auf 2 Männerpools und 2 Frauenpools aufgeteilt wurden. Marcel und ich waren in verschiedenen Pools.

Nachdem alle Kämpfer eingetroffen waren, hat sich jeder selbständig aufgewärmt. Auch hier hat man wieder gemerkt, wie man sich gegenseitig ausmustert. Marcel und ich waren uns beim Beobachten unserer Gegner nicht mehr ganz so sicher, dass es wirklich alle Kämpfer eher locker nehmen werden, und die Nervosität stieg nochmals erheblich an. Nach dem Aufwärmen haben uns die Verantwortlichen und der Schiedsrichter die Regeln erklärt, und dann ging es auch direkt los. Anders als bei normalen Turnieren ist ein Kampf erst nach 3 IPPON oder nach 3 Minuten Kampfzeit abgeschlossen. Als Wertungen gab es nur WAZA-ARI und IPPON. WAZA-ARI werden aufsummiert und ergeben keine IPPON. Marcel war bereits nach kurzer Zeit auch schon an der Reihe. Wie sich später im Turnier herausstellte hatte es Marcel gleich beim ersten Kampf mit dem stärksten Kämpfer seiner Gruppe zu tun. Marcel gewann aber diesen strengen Kampf am Ende knapp wegen einer Strafe des Gegners.

Ich kam etwas später zum Einsatz und hatte daher die Möglichkeit meine späteren Gegner etwas zu beobachten. Auch ich hatte es direkt zu Beginn mit dem stärksten Kämpfer der Gruppe zu tun. Trotz Rücklage mit einem IPPON gelang es mir nach der Hälfte des Kampfes, den Gegner mit einem Harai-Goshi IPPON zu werfen. Zum Erstaunen der Zuschauer und des Fotografen flog der doch erheblich schwerere Gegner bei diesem Wurf mindestens einen halben Meter über den Matten flach auf den Rücken. Die Freude über dieses schöne IPPON hielt nur kurz. Ich verlor den Kampf trotzdem klar mit 3 gegen 1 IPPON. Die Tatsache, dass ich als Einziger in der Lage war diesen starken Kämpfer mit einem IPPON zu werfen, bleibt bei mir trotzdem als Highlight von diesem Turnier in Erinnerung.

Als absoluter Bodenspezialist gewann Marcel die nächsten 2 Kämpfe souverän mit verschiedenen Hebeltechniken jeweils mit 3 zu 0 IPPON. Beim letzten Kampf, gezeichnet von den Strapazen der vorherigen 3 Kämpfe, musste Marcel sich nach 3 strengen Minuten mit WAZA-ARI nur knapp geschlagen geben. Mir gelangen nach dem ersten verlorenen Kampf noch zwei Siege und eine weitere Niederlage. Am Ende waren wir sehr glücklich, unfallfrei nach Hause reisen zu können. Im Gepäck eine sehr schöne Erfahrung und die Lust nach weiteren Turnieren. Die Atmosphäre war sehr schön und kollegial. Wir freuen uns auf die nächsten Promotionturniere (nächster Termin: 28.Okt.17 in Lausanne).

Christoph Jossen



Eindrücke vom Promotionturnier in Liestal vor, während und nach den Wettkämpfen

Besuch des Judokwai Oensingen in Naters

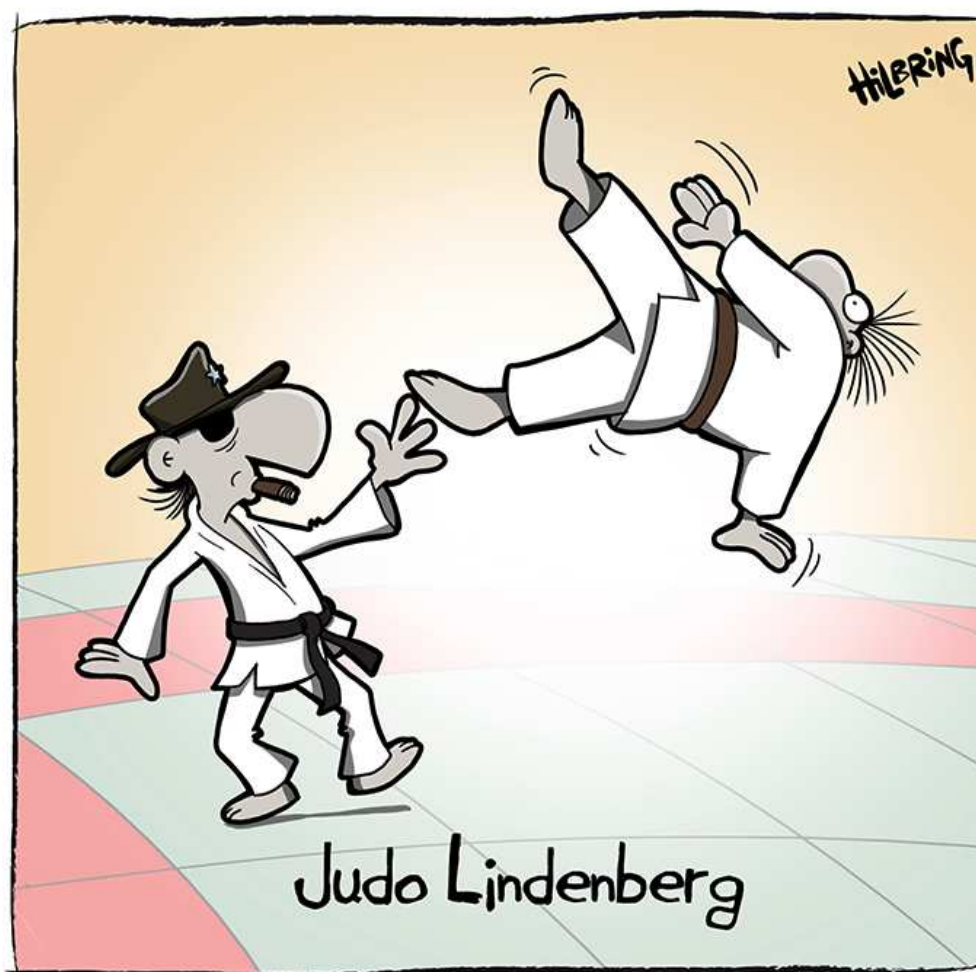
Wie jedes Jahr hatten wir auch im Sommer 2017 wieder Besuch vom Judokwai Oensingen, und zwar am 26. und 27. August. Die vergleichsweise kleine Truppe – sieben Teilnehmer und ein Trainer – absolvierte drei Judotrainings sowie ein Kraft- und Konditionstraining in unserem Dojo in Naters. An den Trainings können jeweils auch Teilnehmer aus dem Judoclub Naters-Brig teilnehmen. Dies bietet die Möglichkeit, einmal einen Blick über den Tellerrand hinauszuerwerfen und Judokas aus anderen Schweizer Vereinen kennenzulernen. Dem Aufruf sind drei unserer Vereinsmitglieder gefolgt: Ruben Jungius, Leah Jungius und Niklas Prior. Die drei konnten von den Trainings in vielerlei Hinsicht profitieren; durch das Erlernen von neuen Techniken, beziehungsweise das Wiederholen und Verbessern bereits erlernter Würfe und Festhalter, sowie durch das lockere Trainingsumfeld und die Herzlichkeit, die sie erfahren durften. Wir freuen uns deshalb alle bereits auf den Besuch des Judokwai Oensingen im nächsten Jahr und hoffen, dass unser Verein dann noch stärker vertreten sein wird!

Sarah Jungius



Gruppenfoto der Judokas aus Oensingen und Naters in unserem Dojo





Bildnachweis: <http://www.oli-hilbring.de/blog/2013/10/04/keine-panik/>

IMPRESSUM:

REI *digital* wird herausgegeben vom Vorstand des JC Taiyoo Naters Brig.

Redaktion (* = verantwortlich): Christoph Jossen*; Marcel Suhartono; Sarah Jungius; Christiane Jungius; Sarah Pfaffen; Erwin Sarny; Daniel Pfaffen. Die Verantwortung für namentlich gekennzeichnete Artikel / Beiträge tragen die Autoren.

✉ JC Taiyoo Naters-Brig
Postfach 173
3904 Naters

💻 rei-digital@judoclub-natersbrig.ch