U-SHIMBUN

Informationsblatt des Judoclubs Baden-Wettingen

Die Quelle der Inspiration.

Tauche ein in verbindende Momente.
Entdecke aufregende Erlebnisideen auf unserer Website.

dein.baden.ch

BADEN
Kultur- & Bäderstadt

O Shimbun

Ausgabe 105 **September 2023**

Vorstand Judoclub Baden-Wettingen

Präsident	Michael Weissbarth, Remetschwil	056 470 70 58
Vizepräsident	vakant	
Aktuar	Christoph Smuda, Kölliken	076 747 06 62
Kassier	Niculin Bühler, Würenlos	079 654 41 87
TK Chefin	Anita Weissbarth, Remetschwil	056 470 70 58
Material	Peter Jöhl, Teufenthal	079 400 75 26
Beisitzerin	Sabine Rettenmaier, Nussbaumen	056 210 04 01
Sekretariat	Simona Steger	079 932 41 52

Redaktion O Shimbun

Redaktion	Vorstand JCBW
Homepage JCBW	**www.jcbw.ch**

Zustellung O-SHIMBUN und Sekretariat

Tel: 079 932 41 52; info@jcbw.ch

Inhalt

- In Memoriam an Walter Frey
- Vorstellung neuer Mitglieder im Erwachsenentraining
- Anlass Jugendliche Erwachsene
- Ausschreibung Clubmeisterschaft 2023
- Informationen zur Clubmeisterschaft
- Mattensponsoring
- Neue Mitglieder im JCBW
- Inserat Redaktorin / Redaktor Clubzeitschrift
- Einladung Seniorenessen
- Kyu-Prüfungen vom 1. Juli und 11. September
- Badenfahrt 2023
- Seniorentraining / Jahresprogramm

Impressum

Titelblatt:	Ingegerd Florin Sandberg
Layout:	Peter Walter
Druck:	Kromer Print AG, Lenzburg
Red. Mitarbeit:	David Heimann, Sharapova Shukrona, Milan Base, Simona Steger, Anita und Michi Weissbarth, Birgitta Wiss

Wir berücksichtigen unsere Inserenten

Wo man
sich auch
für Sport
engagiert,
bin ich
am richtigen
Ort.

Am richtigen Ort.ch

Aargauische
Kantonalbank

In Memoriam
an Walter Frey

21. Juli 1953 - 21. Juni 2023

Walter Frey war seit August 1975 Mitglied im Judoclub Baden-Wettingen. Er legte am 19. Mai 1984 erfolgreich die Prüfung zum 2. Dan ab. Von 1981 bis 1987 war er als TK-Präsident im Vorstand des Judoclub Baden-Wettingen tätig.

Der Vorstand bittet, seiner in Freundschaft und im Gebet zu gedenken.

Bei uns gibt es den
blumigen Gürtel

Lägere Blueme

bluemig natürlich persönlich

Lägere Blueme GmbH

Schartenstrasse 149
5430 Wettingen
056 426 53 63

www.laegere-blueme.ch

blueme@laegere-blueme.ch

Wir Judokas kaufen bei unseren Inserenten ein !

Vorstellung neuer Mitglieder im Erwachsenentraining

Seit gut einem halben Jahr dürfen wir erfreulicherweise einen schönen Zuwachs im Erwachsenentraining verzeichnen. Wir heissen die Neuen in der Familie des Judoclubs Baden-Wettingen rechts herzlich willkommen und freuen uns sehr, dass sie den Weg in unser Dojo gefunden haben. Damit alle unsere neuen Trainingspartner etwas besser kennen lernen, stellen sie sich jeweils im O'Shimbun kurz vor.

Macht doch bitte alle Werbung, damit wir noch weitere neue Trainingsteilnehmer erhalten (egal ob Anfänger, Wiedereinsteiger oder Fortgeschrittene), so kommen wir weiter und können in den Trainings optimal voneinander profitieren. Platz im Dojo haben wir genug.

Und wie ihr wisst, kann sich euer Einsatz auch finanziell für euch lohnen (vgl. Seite Mitglieder werben Mitglieder).

Name: David Heimann

Alter: 29 Jahre

Was mir gefällt:

In meiner Freizeit bin ich sehr gerne mit meinem Motorrad unterwegs, man trifft mich häufig in den französischen oder italienischen Alpen an. Natürlich gehört ab kurzen wieder Judo dazu. Zudem probiere ich seit neumen noch Karate aus.

Was ich so mache:

Ich arbeite als Ingenieur bei Beyond Gravity (ex. RUAG space) in Zürich. Dort bin ich zuständig, für die beiden Solarflügel-Mechanismen (SAW), der beiden ESA-Projekte Hera und Space Rider.

Wieso bin ich zu euch gekommen:

Ich bin vor rund einem Jahr nach

Baden gezogen. In der Corona-Zeit habe ich mich nur noch sehr selten bewegt und wurde alles andere als aktiv. Also habe ich mich entschlossen, wieder aktiv Judo zu betrieben, welches mir bereit in Vergangenheit viel Freude bereitet hatte. Über eure Vereinswebseite bin ich auf den Judoclub aufmerksam geworden.

Was ich erwarte:

Ich erwarte ein abwechslungsreiches und spanendes Training, welches mir wieder hilft körperlich fitter zu werden. Zudem freue ich mich auch auf einige gemütliche Besuche im Bones.

Bisherige Judolaufbahn:

Ich habe während meiner Schulzeit aktiv im Bushido Frick, Judo betrieben. Diesem Verein war ich rund 8 Jahre treu, bis ich mit dem Beginn meiner Lehre aus Zeitgründen aufgehört habe. Die regulären Gürtelprüfungen habe ich erfolgreich bis zum 1. Kyu dort absolviert.

Text und Bild David Heimann

RICKLIN
GEBÄUDETECHNIK
www.ricklin-ag.ch
SANITÄR
HEIZUNG
LÜFTUNG
90 JAHRE
SEIT 1931
RICKLIN AG
Seminarstrasse 53 • 5430 Wettingen
056 426 61 61 • info@ricklin-ag.ch

Wälzlager | Keilriemen | Dichtungen | Werkzeug | über 50'000 Artikel an Lager
KULL-LAUBE AG
TECHNISCHER HANDEL
Unser Online-Shop:
www.kull-laube.ch
Mit uns läufts rund!
schnell, kompetent, zuverlässig

Öffnungszeiten Laden: Mo bis Fr 07.30 - 12.00 Uhr und 13.30 - 17.30 Uhr, Sa 08.00 - 12.00 Uhr
Kull-Laube AG
Technischer Handel
Halbartenstrasse 50
CH-5430 Wettingen
+41 (0)56 426 16 80
info@kull-laube.ch
24-Std-Notfallservice:
Telefon 056 426 16 18

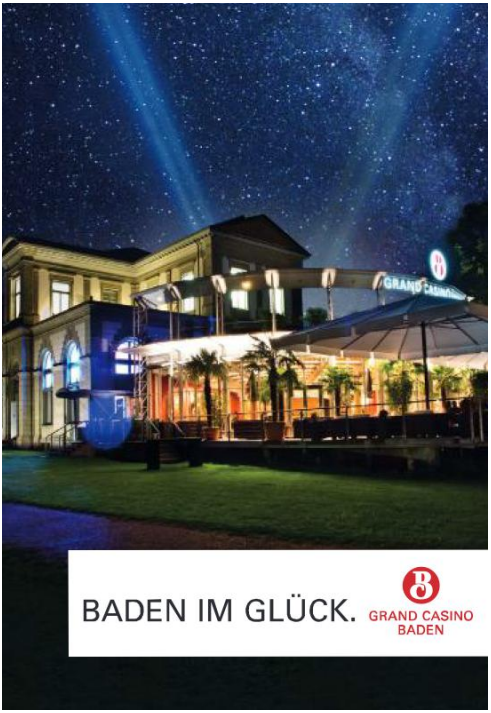
Portrait — Sharapova Shukrona

Sport ist meine Liebe! Ich bin Shukrona Sharapova und bin im 18. Lebensjahr.

Neben dem Judotraining gehe ich noch ins Gymnasium und strebe in der Freizeit danach immer mehr und vor allem auch verschiedene Sportarten zu treiben.

Als kleines Mädchen habe ich mich schon in den verschiedensten Sportarten versucht. Es fing alles an mit dem Geräteturnen und evolvierte sich zum Kampfsport (Karate und nun Judo). Da ich immer auf der Suche nach Möglichkeiten im Bereich Bewegung und Sport meine Grenzen zu testen, empfand ich es als eine gute Gelegenheit das Judotraining zu besuchen, um eine andere Art von Kampfsport auszuprobieren, denn im Judo ist es beispielsweise anders als im Karate, worin ich mich gut auskenne. Weshalb ich mich genau für den Judoclub Baden-Wettingen entschieden habe, ist kein aussergewöhnlicher. Auf der Suche nach einem Club in meiner Nähe stiess ich auf einige Webseiten, jedoch strahlte dieser Judoclub eine gewisse Freude und Gefühl für Spass aus, das mich dazu brachte ein Probetraining anzufragen. Hier arbeitet man viel mit der Kraft des eigenen Körpers und lernt unzählige Techniken. Eine der vielen Dinge, die mich von diesem großartigen Kampfsport schon vom Anfang an überzeugt haben, ist, dass ich sogar ab dem ersten Training frei arbeiten konnte. Es löst ein befreiendes Gefühl in einem aus und die Möglichkeit die erlernten Techniken anwenden zu können erfreut mich jedes Mal. Ich hoffe, dass ich mich in der nächsten Zeit stets verbessern kann und immer etwas Neues dazulerne. Ich setze mir keine grossen Ziele, denn sie kleinen Fortschritte sind die kleinen Stufen, die später zum Erfolg führen.

Text und Bild Sharapova Shukrona



Portrait — Milan Base

Ich habe etwa 1981 mit Judo begonnen, da es in der ehemaligen sozialistischen Tschechoslowakei nicht möglich war, vor dem 9. Lebensjahr mit Kampfsportarten (Judo, Karate) zu beginnen.

Von Anfang an interessierte ich mich mehr für Techniken als für die Teilnahme an Wettkämpfen. Ich bin nur deshalb zu Wettkämpfen gegangen, weil ich eine bestimmte Anzahl an Siegen über meine Gegner brauchte, um einen Termin für einen höheren Gürtel zu beantragen.

Etwa ab meinem 16. Lebensjahr leitete ich bereits ein Aufwärmtraining und begann zu planen, dass ich Judo als Hobby betreiben und als Trainer arbeiten würde.

Im Sozialismus brachte das Coaching in vielen Bereichen Vorteile.

Als Teenager wurde ich von der Revolution in Tschechien (1989) erfasst und 1990 war noch nicht klar, ob die Situation wieder so sein würde wie 1968. Mit diesem Hintergrund absolvierte ich meine erste Trainerausbildung; Qualifikation mit den Originallehrbüchern. Interessant ist jedoch, dass ich bereits im Dezember 1990, wenige Tage nach meinem 18. Geburtstag, meine erste Trainerlizenz (III. Klasse) erhielt.

Anschließend arbeitete ich weiterhin als Trainer in der TJ TEMPO-Sektion, die ich im Oktober 1997 wegen Militärdienst leider verließ und die Cheftrainer Tätigkeit der Sektion im Dezember 1997 beendete. Zusammen mit zwei Freunden gründete ich Anfang 1998 eine neue Sektion unter dem Namen JUDO Bulldogs. Anschließend war ich als leitender Trainer tätig. Daraufhin gründete ich meine eigene JUDO Mamba-Sektion, die mir die Möglichkeit bot, mich beruflich weiterzuentwickeln. Mein ehemaliger Trainer (aus 1985) fragte mich, ob ich ihm in seinem JUDO-Club Davle helfen würde, ich stimmte zu und konnte so aus einer kleinen Dorfsektion, mit 12 Mitgliedern, eine Sektion mit 100 Mitgliedern aufbauen. Es erfüllte mich, aber nach vielen bedeutenden Erfolgen meiner Schützlinge, sowohl bei regionalen als auch nationalen Wettbewerben, verspürte ich ein Burnout-Syndrom. Also machte ich eine Pause vom Judo, bis ich in die Stadt Baden kam, wo ich eine freundliche Atmosphäre vorfand und neue Freunde im JCBW fand. Ich möchte weiterhin Mitglied im Verein bleiben oder als Inhaber des 2. DAN und Trainerlizenz II. Klasse, bei der Ausbildung mithelfen.

Text und Bild Milan Base

Anlass Jugendliche und Erwachsene

Am letzten Montag vor den Sommerferien findet traditionsgemäss der Anlass für Jugendliche und Erwachsene statt. In den vergangenen Jahren stand dieser Anlass im Zeichen von Minigolf und anschliessendem Grillen bei der Familie Zolliker. Nicht so in diesem Jahr.

Da René von Mitte April bis Anfang Juli mit seinem Wohnmobil Europa unsicher machte, entschieden wir uns für ein Alternativprogramm. 14 Judokas kamen an diesem Abend ins Dojo um sich für einmal in zwei anderen Sportarten zu messen.

Nach einem seriösen Einlaufen unter der Leitung von Domi, wurden die Anwesenden in 4 Mannschaften von 3 bis 4 Personen eingeteilt und es wurde Fussball und Unihockey gespielt. Damit am Schluss niemand sagen konnte, dass es unfair war, da einige

leichtere Gegner hatten, musste jede Mannschaft gegen jede andere Mannschaft in beiden Sportarten je einmal antreten.

Das Unihockeyturnier

Alle Teilnehmer gaben alles und man schenkte einander nichts. Am Schluss gab es aber einen klaren Sieger. Die Mannschaft von Domi gewann alle Begegnungen und beendete das Turnier verlustpunktelos auf dem ersten Platz.

Es hat sich gezeigt, dass alle Judokas polysportiv sind und bei manch einem hat man auch ein Talent für andere Sportarten aufblitzen sehen.

Das Fussballturnier

Müde aber gut gelaunt ging es danach ins Restaurant, um nach den Strapazen den Durst zu löschen und wieder Energie zu tanken. Wir freuen uns schon auf das nächste Jahr, wo wir dann hoffentlich wieder die Gastfreundschaft der Familie Zolliker geniessen dürfen.

Die Siegermannschaft von Dominik

Text und Bild Michi Weissbarth

Clubmeisterschaft 2023

Am Samstag den 04. November 2023 führen wir wie jedes Jahr wieder die traditionelle Clubmeisterschaft des Judoclubs Baden-Wettingen durch.
Die Clubmeisterschaft ist gratis und für alle Judokas geeignet - egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene- und findet im neuen Dojo des Sekundarstufenzentrums Burghalde in Baden statt.

Neben dem Erlernen von verschiedenen Techniken, gehört auch die Teilnahme an Turnieren zum Judo dazu und ist eine Voraussetzung für die Zulassung zu den Gurtprüfungen.
Unsere Clubmeisterschaft ist auf die Fähigkeiten und die Wettkampferfahrung der Kinder abgestimmt und alle teilnehmenden Kinder und Jugendlichen bekommen einen kleinen Preis.

Die Teilnahme an der Clubmeisterschaft ist für alle Kinder und Jugendlichen **obligatorisch**.
Wer nicht daran teilnehmen kann, muss sich beim jeweiligen Trainer bis spätestens am Sonntag 29. Oktober abmelden.
Für eine optimale Vorbereitung der Meisterschaft, sind wir trotz der obligatorischen Teilnahme froh über eine **schriftliche Anmeldung per E-Mail bis am 29. Oktober an tk@jcbw.ch mit folgenden Angaben: Name/Vorname Kind, Jahrgang und Gewicht sowie Namen des Trainers/der Trainerin**.

Ca. 10.30 – 12.00 Uhr	Einrichten der Halle: *Wir sind froh über möglichst viele Helfer*
13:00 Uhr	Wiegen aller Kämpfer
13:15 Uhr	Begrüssung
ca. 13:30 Uhr	Beginn der Kämpfe
ca. 17:00 Uhr	Ende der Kämpfe und Siegerehrungen
ca. ab 17.30 Uhr	Abbau und Aufräumen: *Auch hier sind wir wieder dankbar für Unterstützung*

Zuschauerinnen und Zuschauer sind an diesem spannenden Anlass herzlich willkommen!

Für alle Zuschauer und Kämpfer stehen in unserem *Kaffee "O'HARA"* Getränke und süsse Köstlichkeiten für das leibliche Wohl bereit.

An einem Materialverkaufsstand hat man zudem noch die Möglichkeit, Kimonos, Clubtrainer oder diverse Judo-Souvenirs zu erwerben.

Viel Erfolg und gute Unterhaltung bei den Kämpfen

Die Jugendtrainer

An die Eltern unserer Kämpfer: *Wir würden uns sehr freuen, wenn wir wieder ein so herrliches Kuchen-Buffet wie in den letzten Jahren aufstellen könnten. Dafür wären wieder die feinen Kuchen aus den Küchen der Familien unserer jungen Judokas sehr willkommen.* ***Falls Sie uns etwas backen könnten, teilen Sie dies doch bitte bis am 29. Oktober 2023 Simona Steger unter info@jcbw.ch (Sekretariat) mit.***

Ganz herzlichen Dank im Voraus!

Informationen zur Clubmeisterschaft des Judoclubs Baden-Wettingen

Allgemeines

Die Clubmeisterschaft des Judoclubs Baden-Wettingen ist ein internes Freundschaftsturnier und die ideale Möglichkeit für Ihre Kinder, erste Wettkampferfahrungen zu sammeln.
Damit für Sie und Ihre Kinder der Tag ein tolles und unvergessliches Erlebnis wird, haben wir Ihnen hier die wichtigsten Informationen zum Turnier und zum Ablauf zusammengefasst.

Das Turnier wird von unserem Verein organisiert. Alle Mitarbeiter inkl. Kampfrichter sind Freiwillige in ehrenamtlicher Tätigkeit.

An-/Abmeldung

Grundsätzlich ist die Teilnahme an der Clubmeisterschaft für alle Schüler und Schülerinnen obligatorisch und Voraussetzung für die nächste Gürtelprüfung. Begründete Ausnahmen können mit den jeweiligen Trainingsleitern abgesprochen werden.

Die An-/Abmeldung für unser Schülerturnier erfolgt in den Trainings oder direkt per Mail an Anita Weissbarth unter tk@jcbw.ch. Für die Anmeldung benötigen wir folgende Angaben: Name & Vorname, Name der Trainingsleiter, Jahrgang, Kyu-Stufe (Gürtelfarbe), Gewicht, Geschlecht und Angaben zur Wettkampferfahrung.

Tagesablauf

Wiegen

Wenn Sie in der Turnhalle Burghalde eintreffen, sollte sich Ihr Kind als erstes in den Garderoben umziehen und sich danach im hintern Teil der Halle für das Wiegen und die Anwesenheitskontrolle melden.
Mitnehmen sollte Ihr Kind zu einem Turnier neben dem Judo-Gi immer einen Trainer oder Pulli, Schuhe und warme Socken, um sich nach dem Aufwärmen warm zu halten sowie etwas zu trinken (am besten keine Kohlesäure haltigen Getränke, da es einem davon während der Kämpfe übel werden kann) und Duschsachen.

Aufwärmen/Vorbereitung

Nachdem Wiegen und der offiziellen Begrüssung erstellen die Verantwortlichen des Vereins in Zusammenarbeit mit den Trainern möglichst faire Kategorien, in denen jeder Schüler und jede Schülerin eine Chance auf eine Medaille hat. So kann es auch mal vorkommen, dass Mädchen gegen Knaben kämpfen oder dass ein vermeintlich grosser Gewichtsunterschied besteht.
Diese Zeit der organisatorischen Vorbereitungen der Kategorien bedeutet für Sie warten. Ihr Kind wird sich währenddessen unter der Anleitung eines älteren und erfahrenen Schülers aufwärmen und auf die anstehenden Kämpfe vorbereiten.

Kampfbeginn

Begonnen werden die Kämpfe in der Regel mit den kleinsten und leichtesten Teilnehmern und den Kategorien „A" respektive „B".
Obwohl wir dieses Turnier schon seit über 30 Jahren durchführen, können wir Ihnen jeweils nicht voraussagen, wann Ihr Kind an der Reihe sein wird mit

Kämpfen, da die Dauer der einzelnen Kategorien immer von den erzielten Wertungen der Wettkämpfer abhängt.
Für die jungen Sportler stehen während dem Turnier Früchte oder Riegel zur Verfügung.

Die Kämpfe

Auf der Leinwand sind jeweils die aktuellen Kämpfer und die Kämpfer der nächsten Runde (vorbereiten) aufgeführt. Damit die Kampfrichter die Kämpfer und Kämpferinnen unterscheiden können, müssen beide zusätzlich zu ihrem eigenen Gürtel noch einen roten oder weissen Gürtel anziehen.
Vor Kampfbeginn stellen sich beide links und rechts vom Mattenfeld auf und nach dem offiziellen, japanischen Gruss „Rei" beginnt der Kampf mit dem Kommando „Hashime" des Kampfrichters.
Beide Judoka versuchen nun ihr Gegenüber mittels Wurftechniken auf den Rücken zu legen. Die Techniken werden je nach Ausführung und Landung des Gegners unterschiedlich bewertet. Geht der Kampf am Boden weiter, versuchen die Kämpfer mittels Festhalter den Kampf zu gewinnen.
Ab 16 Jahren sind zusätzlich spezifische Würge- und Hebeltechniken erlaubt um den Gegner zur Aufgabe zwingen.
Beim Kampfrichterzeichen «Mate» wird der Kampf unterbrochen, die Judoka positionieren sich und warten wiederum auf das «Hajime».
Das Kind mit der höheren Wertung gewinnt und soll sich nach dem Abgrüssen unbedingt am Schiedsrichtertisch melden und seinen Namen nennen. So wird sichergestellt, dass der Sieg immer dem Richtigen/der Richtigen zugeschrieben wird.

Pool-System

Im Pool-System kämpft jedes Kind gegen jedes andere der Kategorie. Dieses System garantiert, dass all unsere jungen Kämpfer mehrere Chancen haben ihr Können unter Beweis zu stellen.
In einem Pool-System sind die gesammelten Punkte entscheidend. Es geht nicht nur darum, ob man einen Kampf gewinnt, sondern auch *wie* man den Kampf gewinnt. Die Höhe der Wertungen ist entscheidend.

Wertungen

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, einen Kampf zu gewinnen:

- Mit einem guten Wurf – der Gegner landet auf seinem Rücken.
- Mit einem Festhalter, indem man den Gegner für 20 Sekunden auf dem Rücken festhält.
- Mit zwei Waza-Ari Wertungen (egal ob diese durch einen Wurf oder einen Festhalter erzielt wurden)
- Mit einer Waza-Ari-Wertungen am Ende der Kampfzeit sofern der Gegner/ die Gegnerin keine Wertungen erzielt hat.

Es gibt zwei mögliche Wertungen, die sowohl für Würfe als auch für Festhalter gegeben werden:

- Wazari: kleine Wertung
- Ippon: Voller Punkt (vorzeitiger Sieg)

Mit einem Ippon wird der Kampf sofort gewonnen. Bei einer kleinen Waza-Ari-Wertungen geht der Kampf weiter. Erzielt ein Kämpfer/eine Kämpferin innerhalb der gleichen Begegnung zwei Waza-Ari-Wertungen werden diese zu einem Ippon umgewandelt und der Kampf wird auch in diesem Fall sofort beendet.

Wichtig: Eine Ippon-Wertung macht alle kleineren Wertungen irrelevant!

Kampfzeichen

Voller Punkt

kleine Wertung

Festhalter gilt

Festhalter gilt nicht mehr

Wertungen werden während des Kampfs von dem Kampfrichter für gewisse Leistungen gegeben. Wofür man sie bekommt wird in der folgenden Tabelle zusammengefasst:

Wertung	**Für einen Wurf**	**Für einen Festhalter**
keine	Wurf nicht gelungen, z.B. der Gegner landet auf dem Bauch.	Der Festhalter war nicht korrekt oder man konnte den Gegner für weniger als 10 Sekunden festhalten.
Wazari	Fast gelungen – der Gegner landet auf der Seite oder auf dem Rücken.	Man konnte den Gegner für 10 bis 19 Sekunden festhalten.
Ippon	Perfekt gelungen – der Gegner landet auf dem Rücken	Man konnte den Gegner für 20 Sekunden festhalten.

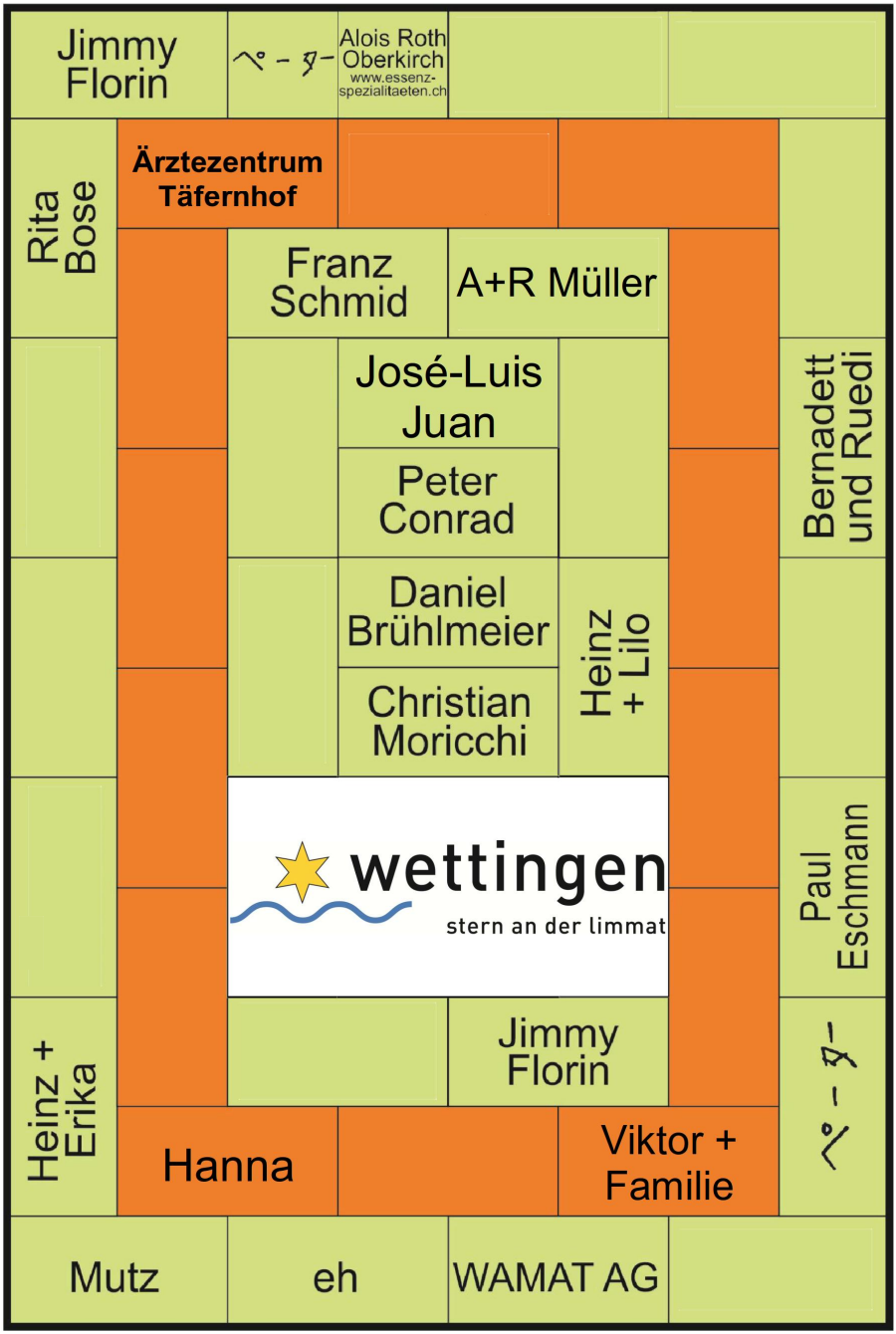
Die Wertungen werden an Tafeln angezeigt, mit der hohen Wertung auf der linken Seite und der kleineren auf der rechten Seite.

Beispiel: In einem Kampf hat ein Judoka 1 Wazari. Seine Gegnerin hat 1 Ippon.

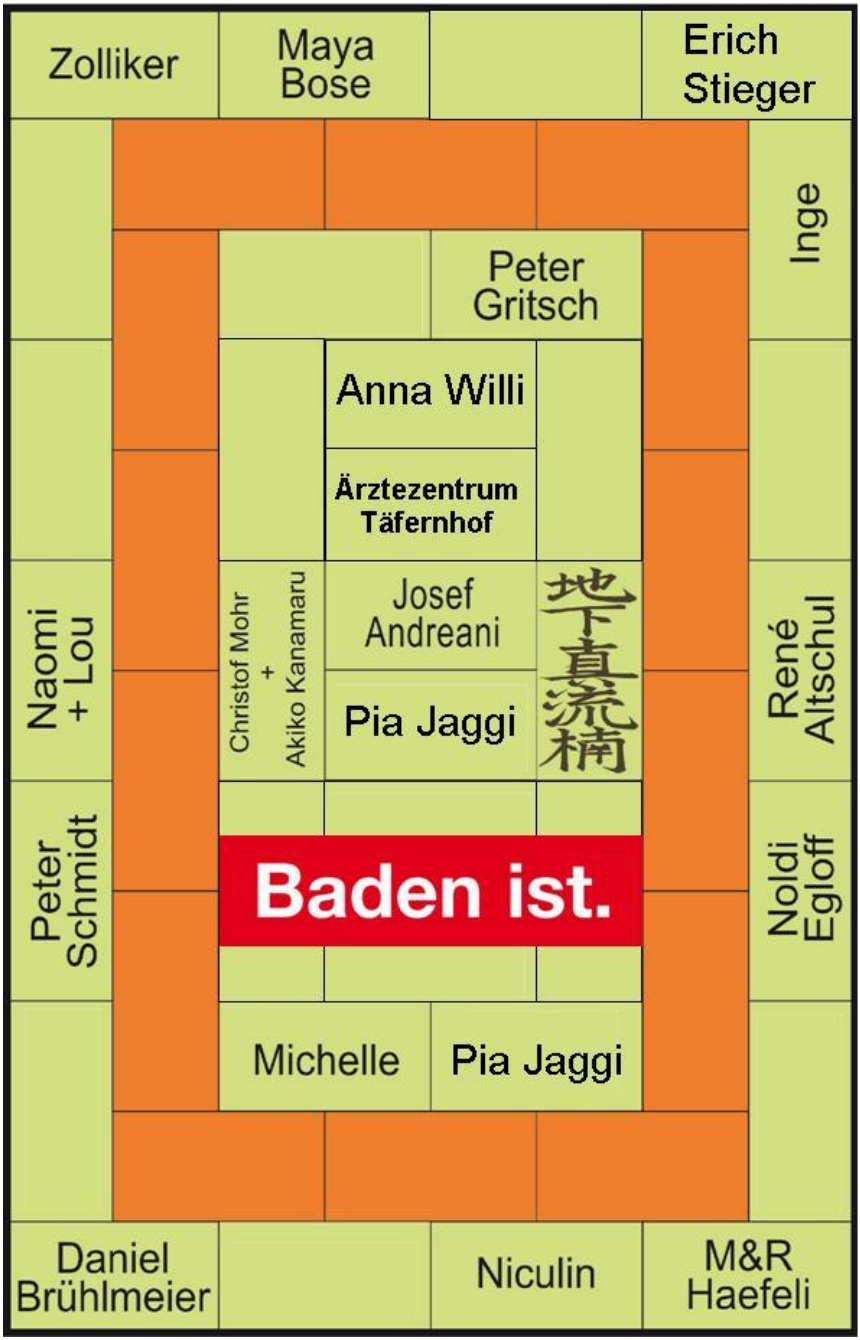
Auf der Tafel steht:

Judoka A		*Judoka B*	
I	**W**	**I**	**W**
0	1	1	0

JC Baden-Wettingen



Mattensponsoring



Man kann die Wertungen etwa wie Zahlen lesen: Auf der linken Seite „1" und auf der rechten Seite „10". Dies genügt, um festzustellen, dass Judoka B in Führung ist.

Unentschiedene Kämpfe

Wenn ein Kampf unentschieden ist, geht er in die Verlängerung. Hier beendet die erste Wertung den Kampf. Dies wird als „Golden Score" bezeichnet. Im «Golden-Score» kann auch eine Bestrafung den Kampf entscheiden, aber nur dann, wenn ein Judoka am Schluss mehr Shidos auf dem Konto hat.
Bleibt der Kampf auch nach der Verlängerung unentschieden, so entscheidet der Kampfrichter. Es gewinnt derjenige Judoka, welcher aus seiner Sicht besser gekämpft und mehr angegriffen hat.

Strafen

Für Passivität oder unerlaubte Aktionen kann der Kampfrichter einen Judoka verwarnen oder sogar mit Shido (= Strafe) bestrafen. In der regulären Kampfzeit entscheiden jedoch nur Wertungspunkte über Sieg und Niederlage.
Ausnahme: 3 x Shido = Hansokumake (Sieg für den Gegner).

Vermeidung von Verletzungen

Damit sich niemand ernsthaft verletzt, ist es besonders wichtig, dass die Schüler und Schülerinnen sich vor Beginn ihrer Kategorie nochmals kurz aufwärmen. Dafür steht im hinteren Teil der Halle ein kleines Aufwärmfeld zur Verfügung und die Kategorien, die sich vorbereiten können, werden via Mikrofon angekündigt.
Um sich warm zu halten, sollten sich die Kinder zwischen den Kämpfen einen Trainer und Socken/Schuhe überziehen.
Gerade bei den Anfängern kommt es öfters vor, dass nach einem verlorenen Kampf die Tränen fliessen, hier helfen vor allem die aufmunternden Worte von Ihnen und den Freunden Ihres Kindes.
Um das Verletzungsrisiko zusätzlich noch zu verringern, muss die Sturzfläche rund um die Kampffelder immer frei bleiben. Wir bitten Sie und Ihre Kinder daher, auf den bereit gestellten Bänken Platz zu nehmen.

Siegerehrung

Da alle Schüler und Schülerinnen ein kleines Präsent erhalten, bitten wir Sie, bis zum Schluss da zu bleiben! Die Kinder werden es Ihnen mit einem herzlichen Lachen bei den Fotos auf dem Siegerpodest danken.

Die Siegerehrungen finden gesammelt am Ende des Tages so gegen 16.30 Uhr statt. Dies bedeutet für einige unter Ihnen wieder Wartezeiten. Nutzen Sie hier die Möglichkeit und schauen Sie bei den spannenden Wettkämpfen der grösseren Schüler und Schülerinnen zu. Dies ist immer eine tolle Bereicherung und die Kinder können sich so das eine oder andere für ihren nächsten Kampf abschauen.

Für die Überreichung der Auszeichnungen sollen die Kinder im Judo-Gi ohne Trainer und Socken auf das Podest.

Fragen/Anregungen

Bei Fragen/Anregungen stehen Ihnen die Trainer Ihrer Kinder jederzeit zur Verfügung. Sie werden bemüht sein, Ihre Fragen soweit wie möglich zu beantworten.

Training für Jugendliche

Montag und Freitag - 18.00 Uhr oder 19.30 Uhr

Dojo im Sekundarstufenzentrum Burghalde Baden

www.jcbw.ch

jc_badenwettingen

Administration: 079 932 41 52

EIN SÜSSER WURF:

Bequem und
einfach bestellen bei
Moser's Online-Shop.

Moser's
BACKPARADIES

Brauerei H. Müller AG, Dynamostrasse 8, 5400 Baden, Telefon 056 203 06 59

Müller Bräu

«Hol dir was zu trinken»
frisches Bier, Mineralwasser
und Wein

HARASSINO

GETRÄNKEABHOLMARKT

direkt neben der Brauerei

S&W

Neue Mitglieder im JCBW

Der Judoclub Baden-Wettingen heisst Euch als neue Mitglieder ganz herzlich willkommen und wünscht eine schöne, erfolgreiche und spannende Zeit in unserem Verein.

Amira Ismailov
Baumann Andrin und Florin
Base Milan
Benz Noel
Bühler Ariana und Marisa
Burg Liv Ilvy und Burg Rudmar Leif
Fischer Raphael
Flückiger Roger
Gallo Lisandro und Valentina
Godoi Mello Heitor
Heimann David
Hitz Aron
Koller Stefan
Kuster Diego
Mamalis Spyridon
Müller Robin
Pieruschka Mark und Pieruschka Lea
Rusche Peter
Rymann Corsin
Sharapova Shukrona
Strufaldi Roman
Widmer Andrej

Wir Judokas kaufen bei unseren Inserenten ein !

Judoclub Baden-Wettingen

5400 Baden **www.jcbw.ch**

Sekretariat, 079/ 932 41 52 **info@jcbw.ch**

Redaktorin / Redaktor Clubzeitschrift

Der Judoclub Baden-Wettingen ist mit seinen rund 130 Mitgliedern einer der ältesten Judovereine der Schweiz. Infolge Wegzug ins Ausland des aktuellen Redaktors suchen wir ab August 2022 oder nach Vereinbarung eine neue Redaktorin/Redaktor für unsere Clubzeitschrift O'Shimbun.

Die Hauptaufgaben in dieser Funktion:

- Redaktionelle Verantwortung für die 4 x pro Jahr erscheinende Clubzeitschrift
- Verantwortung für das Layout und den termingerechten Druck der entsprechenden Ausgabe
- Absprache des Inhaltes mit dem Gesamtvorstand
- Je nach Bedarf Teilnahme an Vereinsanlässen und Verfassen von Berichten
- Verdankung der Inserenten und Sponsoren Ende Jahr

Die wichtigsten Anforderungen:

- Motivation sich für einen aktiven Verein zu engagieren
- Engagiertes Auftreten mit hoher Eigeninitiative und hoher Kontaktfreudigkeit
- Freude am Schreiben und Fotografieren
- Erfahrungen in einer ähnlichen Funktion von Vorteil
- Sehr gute Praxis in den gängigen MS Office-Applikationen
- Gute kommunikative Fähigkeiten mit Deutsch auf muttersprachlichem Niveau

Was wir bieten:

- Ein aufgestelltes, motiviertes und eingespieltes Team

Nähere Auskünfte erteilt:
Der jetzige Redaktor Peter Walter, 079/ 540 86 00 oder der
Präsident Michael Weissbarth, 056/ 470 70 58

Interessierte melden sich beim Präsidenten: praesi@jcbw.ch

Gemütliche Runde der Judo Senioren

Einfach mal wieder die Kollegen treffen, Plaudern, in Erinnerungen schwelgen, Anekdoten austauschen und einen schönen Mittag zusammen haben.

Datum: **Donnerstag, 23. November 2023**

Uhrzeit: **12.00 Uhr**

Ort: **Gasthof Sternen, Kloster Wettingen**

Das Essen und die Getränke werden von jedem selbst bezahlt.

Der Gasthof Sternen ist sowohl mit PKW als auch mit ÖV gut zu erreichen.

Anmeldung bitte gerne bis zum 16. November 2023 an das Sekretariat.

Per Mail: info@jcbw.ch oder Tel.: 079 932 41 52

Das wird sicher wieder ein schöner Mittag!

Viele Grüsse im Namen des gesamten Vorstandes

STEFFEN GARAGE AG - 5453 Remetschwil

SKANDINAVISCHE AUTOMOBILE GMBH - 5454 Bellikon

CITROËN

SAAB

Ford

VOLVO DIREKT

056 485 89 00 www.steffengarage.ch info@steffengarage.ch

China & Thai Restaurant

Langhaus 2, 5400 Baden - direkt am Bahnhof

SMILING FISH

Kyu—Prüfungen vom 1. Juli

Am 1. Juli fanden im Dojo in Baden die Kyuprüfungen für Kinder und Erwachsene statt.

Die erfolgreich bestanden Prüfungen der Kategorie Kinder und Jugendliche:

Von links nach rechts: Lou Gassmann, Georgios Karakasis, Haris Honic, Lian Blaser, Leanne Michalon, Malin Mathes, Flavia Geiser und Eva Geissendörfer

Im Folgenden Impressionen der Prüfungen:

METZGEREI Müller

Seit 1909 Qualität und Dienst am Kunden

www.mueller-metzg.ch

5400 Baden
Weite Gasse 12
056 222 69 04

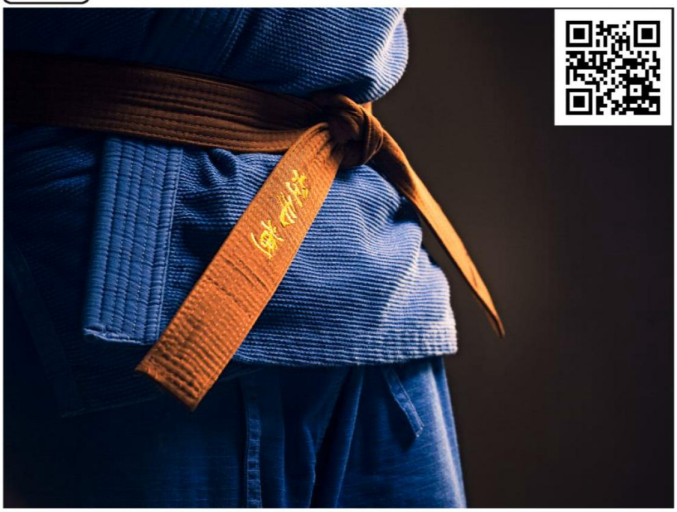
Neue Fassade?

BÜRGLER

buerglerag.ch

Judoclub Baden Wettingen

MITGLIEDER WERBEN MITGLIEDER



Jetzt neue Mitglieder werben und CHF 50.00 erhalten!

Und so einfach funktioniert es:

- Mache aktiv Werbung in deinem Bekannten- und Freundeskreis für unseren tollen Verein und unsere coole Sportart
- Für jedes Neumitglied (Erwachsene und Kinder), welches durch deine Werbung in den Judoclub Baden-Wettingen eintritt, erhältst du einmalig einen Betrag in der Höhe von CHF 50.00
- Die Auszahlung der Prämie erfolgt jeweils im Folgejahr nach dem Eintritt des Neumitgliedes unter den auf dem Antragsformular aufgeführten Voraussetzungen
- Das Antragsformular für die Werbeprämie (erhältlich beim Sekretariat: info@jcbw.ch) ist vollständig ausgefüllt, zusammen mit dem Anmeldeformular des Neumitgliedes beim Judoclub Baden-Wettingen einzureichen

Stehend von links nach rechts: Florian Weissbarth, Constantinos Karakasis, Marta Grauze und Moritz Peter mit dem grünen Gurt. Liegend Dominik Weissbarth und Paul Geissendörfer mit dem blauen Gurt.

Kiu Prüfung Erwachsene vom 11. September

Von links nach rechts: Godi Suter Blaugurt, Boris Milczanowski Gelbgurt und Dominik Bernhard Blaugurt.

Badenfahrt 2023

Erinnert ihr euch noch an die Badenfahrt 2007 als wir mit unserem Restaurant O'Hara einen Hauch Japan nach Baden gebracht haben?

In 18 Schichten wurden 303 Einsätze geleistet. Verwöhnt wurden die Gäste mit 900 Portionen Sushi, 1300 Portionen Sukijaki, 1600 Yakitori Spiesschen, 1100 Portionen Frühlingsrollen, 750 Portionen Lachs und dazu gab es ca. 90 Liter Sojasauce.

Mit unserer Teilnahme am Festumzug und den imposanten Fahnen schafften wir es sogar auf die Titelseite der AZ.

Im 2023 hatten wir zwar kein eigenes Restaurant, da der Aufwand für einen solchen Anlass enorm hoch ist, aber dennoch nahmen wir als Festbesucher an der Badenfahrt 2023 teil.

Nach einem verkürzten Judotraining, begaben wir uns auf den Weg ins LeKartoon wo uns Domi Meier im Vorfeld einen Tisch reserviert hat.

Wir durften einen gemütlichen Sommerabend erleben und trafen mit Emanuel Höchli einen alten Weggefährten der früher einmal in unserem Verein aktiv war, vor vielen Jahren aufgrund der Liebe aber in die Ostschweiz ausgewandert ist.

Links Emanuel Höchli, rechts Dominik Meier

Text und Bild Michi Weissbarth

SENIORENPROGRAMM 2023

Seniorentraining

- jeden Donnerstag 18:30 Uhr, Dauer 1 Stunde
- Dojo Wettingen, Schulhaus Altenburg
- Trainer Werner Amrein

Willkommen sind alle Senioren welche ein altersgerechtes Training schätzen. Selbstverständlich sind alle Senioren auch an allen Erwachsenen Anlässen im Jahresprogramm herzlich willkommen.

JAHRESPROGRAMM JCBW 2023

30. 9. — 15. 10.		Herbstferien
22. Oktober	So	Trainingsleitertreffen
28./29. Oktober	Sa/So	Schüler– Nachwuchsturnier Uster
4. November	**Sa**	**Clubmeisterschaften**
11./12. November	Sa/So	SEM in Neuchâtel
18. November	Sa	Kyu-Prüfungen in Baden
23. November	Do	Seniorenessen in Wettingen
18. Dezember	Mo	Anlass Jugendliche/Erwachsene

ENERGIE LÖSUNGEN
Jetzt Offerte einholen
Solaranlagen
E-Ladestationen
Wärmepumpen
Förderbeiträge
regionalwerke.ch/loesung
056 200 22 22
Regionalwerke Baden

DIE POST

P.P.
CH-5430 Wettingen