

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

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

- ◆ Neue Mitarbeiterin im Sekretariat des JCBW seit April 2023
- ◆ In Gedenken an Paul Eschmann
- ◆ Jahres-Highlight AEM
- ◆ Inserat Redaktorin / Redaktor Clubzeitschrift
- ◆ Trainingsleiterausflug
- ◆ Mattensponsoring
- ◆ Powerteam-Training in neuer Form
- ◆ Technischer Kurs vom 29. April mit René Burch in Baden
- ◆ Kantonalkader zu Besuch in Baden
- ◆ Projektwoche Primarschule Tannegg
- ◆ Schülerturnier in Brugg
- ◆ Judolager Fiesch 10.—15. April 2023
- ◆ Aargauermeisterschaft: Vereinsstatistik
- ◆ Aargauermeisterschaft: Rangierungen der Badener Kämpfer
- ◆ Seniorentaining / Jahresprogramm

Impressum

| | |
|-----------------|---|
| Titelblatt: | Ingegerd Florin Sandberg |
| Layout: | Peter Walter |
| Druck: | Kromer Print AG, Lenzburg |
| Red. Mitarbeit: | Christoph Boksberger, Jose Ignacio Garrido, Hans-Peter Mennet, Simona Steger, Viktor Vukasin, Anita und Michi Weissbarth |

Wir berücksichtigen unsere Inserenten

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

*Am
richtigen
Ort.ch*



Aargauische
Kantonalbank

Neue Mitarbeiterin im Sekretariat des JCBW seit April 2023



Mein Name ist Simona Steger, ich bin 46 Jahre alt, bin von Beruf Pflegefachfrau, habe aber die letzten Jahre in der Administration einer Spitex-Organisation gearbeitet. Ich wohne mit meiner Familie bereits seit 12 Jahren in Möriken-Wildegg. Unsere 11-jährige Tochter Laura geht hier in die 5. Klasse.

Seit 2022 bin ich Bibliothekarin und arbeite in einer Schul- und Gemeindebibliothek. Nebenbei bin ich auch ab und zu auf dem Schloss Lenzburg im Museums-Shop anzutreffen.

In meiner Freizeit gehe ich gerne Indoor-Klettern, mache Pilates und lese Krimis.

Ich freue mich, dass ich seit April 2023 für Euren Verein das Sekretariat übernehmen durfte. Ihr könnt mich wie gewohnt erreichen unter:

info@jcbw.ch oder der Natelnummer: 079 932 41 52.

Sollte ich telefonisch nicht erreichbar sein, dürft ihr mir gerne eine Nachricht hinterlassen, dann melde ich mich schnellstmöglich bei Euch.

Euch allen wünsche ich weiterhin viel Freude beim Judo-Training und vielleicht treffen wir uns bald an einer Veranstaltung des JCBW!

Wir Judokas kaufen bei unseren Inserenten ein !



Budosport Nippon AG
 Rolandstrasse 15 • 8004 Zürich
 info@budo.ch • 044 241 54 66

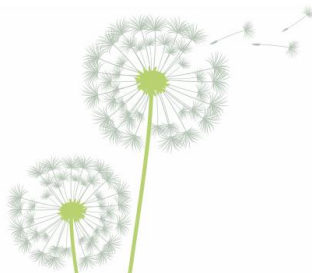
BUDO.CH 武道スポーツ 日本

Alles für den Kampfsport Tout pour le sport de combat

unter Vorweisung dieses Inserates erhalten
 Sie 10% Rabatt. Rabatte nicht kumulierbar.

| | |
|---|--|
| <p>BUDO.CH 武道スポーツ 日本</p> | <p>adidas</p> <p>OFFICIAL DISTRIBUTOR BOXING & MARTIAL ARTS</p> |
|---|--|

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 !

In Gedenken an Paul Eschmann



Paul Eschmann beim 90. Geburtstag

12. Mai 1928 - 12. November 1992

Paul Eschmann war seit April 1957 im Judoclub Baden-Wettingen. Er bekleidete den 2. Dan und war 16 Jahre im Vorstand als Materialverwalter tätig.

Von 1960 bis 1972 leitete Paul das Anfängertraining in Baden. Anschliessend bis 1976 das Damentraining.

Für besondere Verdienste wurde ihm 1964 das Badener Schwert verliehen.

Jahres-Highlight AEM

Einer der Höhepunkte für unseren Verein stellt in diesem Jahr sicherlich die Aargauer Einzelmeisterschaft (AEM) dar.

Nach einiger Vorbereitungsarbeit war es Mitte Mai endlich soweit, dass AEM-Wochenende war gekommen. Die Kinder und Jugendlichen aus den Trainings waren dank dem Engagement der Trainingsleiter gut vorbereitet und top motiviert, die Vorstandsmitglieder waren etwas angespannt und hofften, dass alles klappen würde und die Helfer waren organisiert.



Am Freitagabend fanden sich die ersten Helfer bereits um 17.00 Uhr im Oberstufenzentrum der Schule Burghalde ein. Dank den tollen Räumlichkeiten und unserem genialen, neuen Dojo hatten wir die besten Voraussetzungen, um einen solchen Anlass wie die AEM direkt vor Ort durchzuführen. Dies war für den Vorstand eine grosse Erleichterung bei der Planung und Vorbereitung. Trotzdem gab es vieles zu tun. Mit gemeinsamen Kräften mussten Matten vom Dojo gereinigt und drei Mattenfelder und ein Aufwärmfeld in den angrenzenden Turnhallen ausgelegt, Tische und Bänke aufgestellt, Räumlichkeiten für Sanität und das Wiegen der Kämpfer hergerichtet, das Restaurant aufgebaut und alles

beschriftet werden. Es war sehr schön zu sehen, wie engagiert alle mithalfen und wie sich auch die Kinder und Jugendlichen unseres Vereins eingebracht haben und fleissig mitanpackten. Für die Technik bekamen wir Unterstützung von der Firma Rohner & Thomi AG aus Baden. Als Gegenleistung für ihren Sponsorenbeitrag wurden Werbetafeln und Sponsorenplakate unserer Gönner aufgehängt: Swisslos Sportfond Aargau, Bauer Sport Wettingen, Stadtcasino Baden AG, Aargauische Kantonalbank, LostKnives Lochner & Stutz Messermacher, Regionalwerke Baden, Budosport Nippon AG, Kull-Laube AG Technischer Handel sowie Zentrum Bildung Wirtschaftsschule KV Baden. Nach schweisstreibenden Stunden wurden die über 20 Helfer an diesem Abend um circa 20.00 Uhr mit feinen Pizzas für den Einsatz belohnt, bevor die meisten dann erschöpft nach Hause gingen.



Am nächsten Morgen ging es für die Helfer und Wettkämpfer bereits sehr früh los, fing doch das Wiegen der ersten Kategorien bereits um 8.00 Uhr an. Insgesamt rund 200 Starter hatten sich angemeldet, um den besten Aargauer Judoka in den jeweiligen Kategorien auszumachen. Davon kamen allein schon 47 Starter vom JJC Brugg und auch der JAC Wohlen stellte mit 27 Teilnehmenden ein grosses Starterfeld. Mit total 36 Kämpfern und Kämpferinnen waren von unserem Verein am zweitmeisten Starter vertreten. Auch wenn vom Judoclub Baden-Wettingen bei den Junioren und Elite-Kategorien leider keine Teilnehmenden dabei waren, sind das so viele Kämpfer und Kämpferinnen wie schon lange nicht mehr. Das freut uns sehr und macht Hoffnung für die Zukunft!



Bei einem Altersunterschied über alle 200 Kämpfer von 42 Jahren zwischen dem jüngsten (Jahrgang 2016) und dem ältesten Teilnehmer, sowie einem leichtesten Starter mit knapp 21 kg gegenüber dem Schwersten mit 105,6 kg, ergaben sich 52 Kategorien, in denen jeweils der beste Kämpfer oder die beste Kämpferin ermittelt wurde.



Der Wettkampfmorgen begann mit den Starts der jüngsten Judokas. Technisch noch nicht so versiert, wie die Älteren, sah man hier jedoch viel Mut und Kampfgeist. Je älter die Kämpferinnen und Kämpfer wurden, umso vielfältiger wurden die Judotechniken. Dem grösstenteils fachkundigen Publikum wurden viele spannende Kämpfe geboten. Im Verlauf des Tages hatten doch ungefähr vierhundert Zuschauer den Weg in die Halle gefunden, Judo-Luft geschnuppert und von dem feinen Essen gekostet.

Ein ganz besonderer Dank gilt an dieser Stelle Barbara



Wälzlager Keilriemen Dichtungen Werkzeug über 50'000 Artikel an Lager



Unser Online-Shop:
www.kull-laube.ch

Mit uns läuft's 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 Halbartenstrasse 50 +41 (0)56 426 16 80 **24-Std-Notfallservice:**
Technischer Handel CH-5430 Wettingen info@kull-laube.ch **Telefon 056 426 16 18**



Gebhardt, Dani Merk, Ruedi Käser und den Senioren, die sich angeboten hatten, die Restauration für die AEM inkl. benötigter Infrastruktur, Menü-Auswahl und Helfer zu organisieren. Sie haben mit viel Liebe

für Details ein wunderbares Ambiente in den Eingangsbereich der Halle und das Restaurant gezaubert und die Gäste mit leckeren Speisen verwöhnt.

Ein solcher Anlass wäre nicht möglich, ohne die Unterstützung vieler engagierter Helfer, Eltern, Vorstands- und Vereinsmitglieder. Sowohl beim Aufbau am Freitag wie dann vor allem auch am Wett-



kampftag selber durften wir auf die wertvolle Unterstützung von total über 60 Helfern und Helferinnen zählen. Zudem wurden viele feine Kuchen, Muffins und Zöpfe für unser Restaurant gebacken. Wir vom OK möchten uns ganz, ganz herzlich bei allen bedanken, die zum Gelingen diese wunderbaren Anlasses und Vereins-Highlight beigetragen haben.



Die Gemeinschaft, die Leidenschaft, die gegenseitige Unterstützung und das Engagement von euch allen ist es, was unseren Verein zu etwas Besonderem machen. Vielen, lieben Dank dafür!

Text: Anita Weissbarth, Bild: Jose Ignacio Garrido, Anita und Michi Weissbarth



RICKLIN
GEBÄUDETECHNIK

www.ricklin-ag.ch

**SANITÄR
HEIZUNG
LÜFTUNG**

RICKLIN AG
Seminarstrasse 53 • 5430 Wettingen
056 426 61 61 • info@ricklin-ag.ch



90
JAHRE

SEIT 1931

Vereinsrangliste Aargauermeisterschaft Judo vom 13. Mai 2023 in Baden

Anzahl Startende nach Verein:

| | | |
|----|-----------------------|----|
| 1 | JJC Brugg | 47 |
| 2 | JC Baden-Wettingen | 36 |
| 3 | JAC Wohlen | 28 |
| 4 | Judo Club Muri | 16 |
| 5 | JJC Aarau | 15 |
| 6 | JC Arashi Kulm | 13 |
| 7 | Judo Club Bad Zurzach | 11 |
| 8 | JSVC Rothrist | 8 |
| 9 | Bushido Frick | 8 |
| 10 | Judo Club Reinach | 6 |
| 11 | Movimento Wohlen | 3 |
| 12 | JC Magden | 3 |
| 13 | JJC Möhlin | 1 |

Anzahl Medaillen nach Verein:

| | <i>Gold</i> | <i>Silber</i> | <i>Bronce</i> | <i>Total Medaillen</i> | |
|----|-----------------------|---------------|---------------|------------------------|----|
| 1 | JJC Brugg | 25 | 12 | 9 | 46 |
| 2 | JC Baden-Wettingen | 8 | 8 | 16 | 32 |
| 3 | Judo Club Muri | 5 | 6 | 3 | 14 |
| 4 | JAC Wohlen | 3 | 5 | 15 | 23 |
| 5 | JC Arashi Kulm | 3 | 4 | 6 | 13 |
| 6 | JSVC Rothrist | 2 | 5 | | 7 |
| 7 | Bushido Frick | 2 | 1 | 3 | 6 |
| 8 | Movimento Wohlen | 1 | 2 | | 3 |
| 9 | Judo Club Reinach | 1 | 3 | 2 | 6 |
| 10 | Judo Club Bad Zurzach | 1 | 2 | 4 | 7 |
| 11 | JC Magden | | 2 | 1 | 3 |
| 12 | JJC Aarau | | 3 | 11 | 14 |

Wir Judokas kaufen bei unseren Inserenten ein !

Rangierungen der Badener Kämpfer

| Rang | Name | Verein | Kategorie |
|------|------------------------|--------------------|------------------------|
| 3 | Rodriguez Laura | JC Baden-Wettingen | Schüler C, Gruppe 1 |
| 5 | Karakasis Achilleas | JC Baden-Wettingen | Schüler C, Gruppe 1 |
| 3 | Boksberger Timo | JC Baden-Wettingen | Schüler C, Gruppe 2 |
| 5 | Bühler Ariana | JC Baden-Wettingen | Schüler C, Gruppe 2 |
| 1 | Rodrigues Melanie | JC Baden-Wettingen | Schüler C, Gruppe 3 |
| 3 | Garrido Guillermo | JC Baden-Wettingen | Schüler C, Gruppe 4 |
| 1 | Rodrigues Kevin | JC Baden-Wettingen | Schüler C, Gruppe 8 |
| 3 | Weissbarth Florian | JC Baden-Wettingen | Schüler C, Gruppe 8 |
| 1 | Cano Neizan Oliver | JC Baden-Wettingen | Schüler C, Gruppe 9 |
| 2 | Garrido Guillermo | JC Baden-Wettingen | Schüler B, Gruppe 1 |
| 1 | Rodrigues Kevin | JC Baden-Wettingen | Schüler B, Gruppe 3 |
| 3 | Karakasis Georgios | JC Baden-Wettingen | Schüler B, Gruppe 3 |
| 1 | Vukasin Ivan | JC Baden-Wettingen | Schüler B, Gruppe 5 |
| 2 | Weissbarth Dominik | JC Baden-Wettingen | Schüler B, Gruppe 5 |
| 3 | Rodriguez Marc | JC Baden-Wettingen | Schüler B, Gruppe 5 |
| 1 | Esenam Leonidas | JC Baden-Wettingen | Schüler B, Gruppe 6 |
| 5 | Cano Neizan Oliver | JC Baden-Wettingen | Schüler B, Gruppe 6 |
| 2 | Conrad Alexander | JC Baden-Wettingen | Schüler B, Gruppe 7 |
| 3 | Karakasis Constantinos | JC Baden-Wettingen | Schüler A, -36kg |
| 3 | Karakasis Georgios | JC Baden-Wettingen | Schüler A, -36kg |
| 2 | Vukasin Ivan | JC Baden-Wettingen | Schüler A, -40kg |
| 3 | Weissbarth Dominik | JC Baden-Wettingen | Schüler A, -40kg |
| 1 | Esenam Leonidas | JC Baden-Wettingen | Schüler A, -45kg |
| 3 | Honic Haris | JC Baden-Wettingen | Schüler A, -45kg |
| 3 | Peter Moritz | JC Baden-Wettingen | Schüler A, -50kg |
| 5 | Grauze Miks | JC Baden-Wettingen | Schüler A, -50kg |
| 3 | Conrad Alexander | JC Baden-Wettingen | Schüler A, -55kg |
| 1 | Vukasin Viktor | JC Baden-Wettingen | Schüler A, +60kg |
| 2 | Grauze Marta | JC Baden-Wettingen | Schülerinnen A, -52kg |
| 2 | Kalkar Shalini | JC Baden-Wettingen | Schülerinnen A, +52kg |
| 2 | Karakasis Constantinos | JC Baden-Wettingen | Jugend männlich, -45kg |
| 3 | Geissendörfer Paul | JC Baden-Wettingen | Jugend männlich, -50kg |
| 3 | Gjorgiev David | JC Baden-Wettingen | Jugend männlich, -73kg |
| 3 | D`Haussy Aymeric | JC Baden-Wettingen | Jugend männlich, -73kg |
| 2 | Vukasin Viktor | JC Baden-Wettingen | Jugend männlich, +73kg |
| 3 | Grauze Marta | JC Baden-Wettingen | Jugend weiblich, -52kg |



Judoclub Baden-Wettingen



Training für Jugendliche

Montag und Freitag - 18.00 Uhr oder 19.30 Uhr
Dojo im Sekundarstufenzentrum Burghalde Baden

www.jcbw.ch

 [jc_badenwettingen](https://www.instagram.com/jc_badenwettingen)

Administration: 079 932 4152

Trainingsleiterausflug

Am Samstag 29. April fand der diesjährige Trainingsleiterausflug statt. Der Ausflug soll für alle Trainer und Trainerinnen und die Vorstandsmitglieder ein Dankeschön für die geleistete Arbeit im Vorjahr sein. Leider konnten in diesem Jahr nicht so viele an diesem Ausflug teilnehmen.



Der Nachmittag dieses Ausflugs begann damit, dass die Teilnehmenden in die Welt der Bod Borg in Rümlang eintauchten. Gemeinsam lösten sie aufgeteilt auf zwei Gruppen spannende Rätsel sowie abwechslungsreiche Herausforderungen und meisterten so zusammen verschiedene Quests! So erlebten sie zwei Stunden voll Freude und Abenteuer. Zur Auswahl standen ihnen dabei 24 Quest mit 75 Räumen auf über 3000m². Alle Quests verlangten von den zwei Teams Teamwork, Köpfchen und Geschicklichkeit.

Nach einigen gelösten Quests und vor allem ganz viel Spass machten sich die Teilnehmenden im Anschluss auf den Weg nach Glattbrugg ins Event-Restaurant Runway 34. Das Restaurant bietet den Gästen eine einmalige, fliegerische Atmosphäre und entführt sie dabei auf eine internationale kulinarische Reise. Der Flieger-Mythos wird von A bis Z konsequent gelebt. Neben dem Flugzeug mitten im Hangar, einer Ilyushin 14, den Flugzeugsitzen und den riesigen Fenstern mit Ausblick auf die startenden und landenden Flugzeuge des



Flughafens Zürich Kloten besteht für die Gäste auch die Möglichkeit, selber zum Piloten zu werden.


Nach den sehr feinen Vorspeisen und dem Hauptgang nutzte Christoph Sumda diese Chance und absolvierte in der Sim Academy in einem der Simulatoren einen Flug. Zur Freude vieler durfte er auf den hinteren Sitzreihen dabei auch noch weitere Teilnehmer unseres Trainingsleiterausflugs mitnehmen.

Wir freuen uns, dass wir unseren engagierten und motivierten Trainingsleitenden und den Kollegen vom Vorstand mit diesem Ausflug einen wunderbaren Tag schenken und sie für einen kurzen Moment aus dem Alltag entführen konnten.

Text: Anita Weissbarth,
Bild: Michi Weissbarth



JC Baden-Wettingen

| | | | | |
|---------------|---|--|------------------|---------------------|
| Jimmy Florin | ∞ - ∫ - | Alois Roth Oberkirch www.essenz- spezialtaeten.ch | | |
| Rita Bose | Ärztezentrum Täfernhof | | | |
| | | Franz Schmid | A+R Müller | |
| | | José-Luis Juan | | Bernadett und Ruedi |
| | | Peter Conrad | | |
| | | Daniel Brühlmeier | | Paul Eschmann |
| | | Christian Moricchi | | |
| |  | | | |
| Heinz + Erika | | | Jimmy Florin | |
| | Hanna | | Viktor + Familie | |
| Mutz | eh | WAMAT AG | | ∞ - ∫ - |

Mattensponsoring

| | | | |
|-------------------|--------------------------------|-----------------------|---------------|
| Zolliker | Maya Bose | | Erich Stieger |
| | | | Inge |
| | | Peter Gritsch | |
| | | Anna Willi | |
| | | Ärztzentrum Täfernhof | |
| Naomi + Lou | Christof Mohr + Akiko Kanamaru | Josef Andreani | 地下真流楠 |
| | | Pia Jaggi | René Altschul |
| Peter Schmidt | Baden ist. | | Noldi Egloff |
| | | | |
| | Michelle | Pia Jaggi | |
| | | | |
| Daniel Brühlmeier | | Niculin | M&R Haefeli |

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



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

Powerteam-Training in neuer Form

Wenn man an einem Samstagmorgen ins Dojo kommt herrscht eine motivierte und konzentrierte Stimmung und die Kinder und Jugendlichen sind bereits zu einem richtigen Team zusammen gewachsen.



Powerteam 2023

Nachdem das Powerteamtraining auch dieses Jahr im Frühling wieder einen tollen Anklang bei unseren jungen Nachwuch-Wettkämpfern fand, entschlossen die Verantwortlichen, dass es nun an der Zeit ist, dieses Training fix in das Angebot unseres Vereines aufzunehmen. Dank dem engagierten Einsatz von Marie und Thomas Forster findet das Training nun regelmässig jeden Samstag von 10.00 – 11.30 Uhr statt. Die motivierten Nachwuchs-Athleten und –Athletinnen lernen unter der fachkundigen Anleitung verschiedene Techniken und Tricks für die Wettkämpfe und können sich in vielen verschiedenen Randori-Formen kämpferisch weiterentwickeln und messen.

Interessierte junge Judoka ab dem gelben Gürtel dürfen jederzeit beim Powerteamtraining reinschnuppern und mitmachen! Wir freuen uns auf euch!

Text und Bild: Anita Weissbarth

Technischer Kurs vom 29. April mit René Burch in Baden



Am Samstag, 29. April fand im schönen Dojo des Judoclubs Baden-Wettingen ein vom AJV organisierter technischer Kurs mit René Burch, 6. Dan Ju Jitsu statt. 17 von 7 verschiedenen Vereinen nahmen teil. Nach der Begrüßung durch Michael Weissbarth in seiner Funktion als Präsident des AJVs als auch als Präsident des Judoclubs Baden-Wettingen, begann der Kurs mit einem abwechslungsreichen Aufwärmen mit Fokus auf Übungen zur Verbesserung und Stärkung der Koordination. Das Training deckte wichtige Elemente aus dem Judo, aber auch aus dem Karate und Aikido ab. So konnten wir zum Beispiel in spielerischen Übungsformen mit Partner zuerst Judo-Würfe aus der Bewegung und später Karate-Schläge und -Fusstritte anwenden. René Burch legte besondere Schwerpunkte auf die Eleganz und Harmonie der Bewegungen, die Stärkung des eigenen Auftretens, die Orientierung im Raum und das Eingehen auf den Trainingspartner. Regelmässige Partnerwechsel erlaubten auch diesen Punkt praktisch zu erleben.

Im letzten Teil konnten die Teilnehmer Abwehren auf Kumi kata als Angriff üben, bevor der Kurs mit einem ruhigeren Teil mit Dehnungsübungen zu Ende ging. Die Stimmung war während dem ganzen Kurs locker und aufgestellt, auch wenn die Arbeit an den Techniken intensiv und anspruchsvoll war, so dass am Schluss alle sehr zufrieden, wenn auch etwas erschöpft nach Hause gingen.

Herzlichen Dank and René Burch für die ausgezeichnete Leitung des Kurses, an den AJV für die Organisation und Unterstützung und an den Judoclub Baden-Wettingen für die Bereitstellung des Dojos.

Text: Hans-Peter Mennet, JJC Möhlin



BADEN IM GLÜCK.  GRAND CASINO BADEN

Kantonalkader zu Besuch in Baden

Das Aargauische Kantonalkader ist das regionale U11, U13 und U15 Kader des Aargauer Kantonalverbands (AJV) und damit ein Element der Nachwuchsförderung des Schweizerischen Judo & Ju Jitsu Verbandes (SJV).



Die Teilnahme am Kantonalkader-Training ist kostenlos und alle Judoka ab 9 Jahren, die gerne mindestens 3x pro Woche trainieren und kämpfen möchten, können sich für Probetrainings anmelden.

Die Kantonalkadertrainings finden circa 1x pro Monat an einem Sonntag immer in unterschiedlichen Dojos der Aargauer Judovereine statt. Am 12. März waren sie zu Besuch bei uns in Baden und durften die Möglichkeiten unserer schönen Dojos kennenlernen und nutzen. Einzelne Judokas von unserem Verein sind bereits Mitglieder beim Kantonalkader, einige weitere Kids haben am 12. März die Chance genutzt Kader-Luft zu schnuppern und mit den Kaderathleten mit zu trainieren.



Das nächste Kantonalkadertraining bei uns in Baden findet am 26. November statt:

– also unbedingt jetzt schon vormerken! –

Text und Bild: Anita Weissbarth

Projektwoche Primarschule Tannegg

Im Rahmen der Projektwoche durften Schüler und Schülerinnen der Primarschule Tannegg in Baden nach den Frühlingsferien verschiedene Sportarten ausprobieren und erleben.

Der Start in diese spezielle Schulwoche wurde vom Judoclub Baden-Wettingen unter der Leitung von Anita Weissbarth gestaltet. Gemeinsam mit der Lehrperson der Projektwoche Frau Melanie Gysi trafen am Montag den 24. April Mädchen und Knaben der 1 - 3. Klasse im Dojo der Burghalde ein.



Nach einem kurzen, spielerischen Aufwärmen und ersten Versuchen mit den



verschiedenen Fallschulen, lernten die Kinder den Wurf O-Soto-Gari und den Festhalter Kuzure-Kesa-Gatame kennen. Das Training wurde mit Spielen aufgelockert und in einer Boden-Randori-Form sowie bei den Sumo-Kämpfen konnten die Kräfte gemessen und Energie abgebaut werden.

Damit hoffentlich auch möglichst viel der Schüler und Schülerinnen als Clubmitglieder wieder den Weg auf die Matten unseres Dojos finden, durften sich zum Schluss alle noch Gutscheine für 2 Gratis-trainings mitnehmen.

Text und Bild: Anita Weissbarth

STEFFEN GARAGE AG - 5453 Remetschwil
SKANDINAVISCHES AUTOMOBILE GMBH - 5454 Bellikon



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

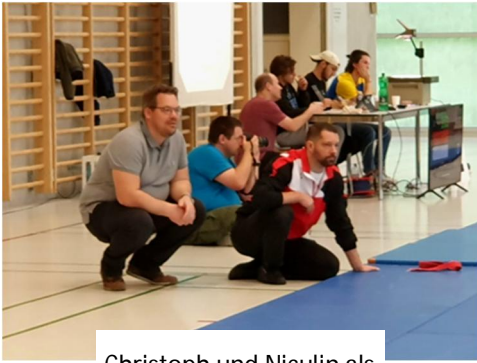
China & Thai Restaurant

Langhaus 2, 5400 Baden - direkt am Bahnhof



Schülerturnier in Brugg

Am Sonntag 30. April ging es für die ersten Kämpfer und Kämpferinnen in der Sporthalle Mülimatt in Brugg bereits schon sehr früh los.



Christoph und Niculin als
Coaches ihrer Kinder



Timo Boksberger und Ariana Bühler

Wie meistens an Judoturnieren waren zuerst die Jüngsten an der Reihe und durften ihr Können unter Beweis stellen. Da das Turnier speziell auf Anfänger



Timo Boksberger &
Ariana Bühler



Guillermo Garrido



Florian Weissbarth

ausgerichtet ist, wurden die Teilnehmenden in Pools von 3 bis maximal 5 Kinder eingeteilt. Damit wurde sichergestellt, dass alle Kinder mehrere Kämpfe bestreiten können und fast alle für ihren Mut und ihr Können mit einer Medaille belohnt werden.

Da in unseren Trainings auch immer mehr Kinder von aktiven oder ehemaligen Erwachsenen-Judoka trainieren, waren bei den jüngsten Teilnehmenden ein ehemaliges und 2 amtierende Vorstandsmitglieder unseres Verein in den Hal-



METZGEREI

Müller

Seit 1909 Qualität und Dienst am Kunden

www.mueller-metzg.ch

5400 Baden
Weite Gasse 12
056 222 69 04

Neue Fassade?



Bürger macht's.

BÜRGLER

buerglerag.ch

" MALEN, ODER NICHT MALEN, DAS IST HIER DIE FRAGE "
...ABER WENN, DANN...



Malergeschäft Barbara Gebhart

Am Kreuzliberg 11
056/222 70 72

5400 Baden
079/ 287 34 48

Für anspruchsvolle Maler- und Tapezierarbeiten

b.gebhart08@diemalerin.ch

www.diemalerin.ch



len mit dabei, um ihre Kinder bei den Kämpfen anzufeuern und zu unterstützen.



Ivan Vukasin



Timo Boksberger & Ariana Bühler



Florian Weissbarth



Guillermo Garrido



Moritz Peter, Leonidas Esenam & Haris Honic



Eine echt coole Truppe 🤘

Text: Anita Weissbarth, Bild: Jose Ignacio Garrido und Christoph Boksberger

Judolager Fiesch 10. – 15. April 2023

Wir waren vier Judokas aus dem Judoclub Baden-Wettingen von insgesamt 330 Teilnehmern aus der ganzen Schweiz.



Alexander Conrad, Leonidas Esenam, Ivan Vukasin und Viktor Vukasin waren mit dabei. Wir hatten das Glück alle in einem nigelnelneuen renovierten 4er - Zimmer in der Sportanlage zu sein. Es war richtig grossartig, dass wir vier Jungs

zusammen das Zimmer teilen konnten. Hier die Aussicht von unserem Balkon.

Am ersten Tag wurde ausgepackt und das Judolager startete mit dem Matten verlegen in der Halle und dem anschliessenden gemeinsamen Training.

Danach wurden wir alle

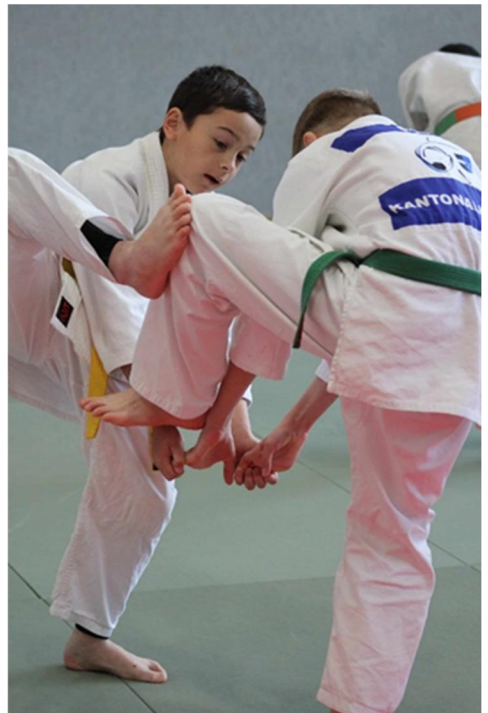


in zwei Gruppen aufgeteilt, die Gruppe bis 13 und plus 13 Jahre. Es gab immer wieder verschiedene Trainer. Cool war auch das Sergei Aschwanden die ersten vier Tage mit dabei war und uns trainiert hat. Er hat sogar unsere Judogis unterschrieben.



Die Gruppe bis 13 machten sehr viel Technik und gingen sehr ins Detail. Es wurden Situationen aus den Kämpfen geübt. Der Fokus bei der Gruppe plus 13 war Randori. Es wurde viel und hart gekämpft. So war unser Tagesab-

lauf: Am Morgen ging es los mit Joggen von 7.30-8.30 Uhr vor dem Frühstück.



Nachdem Frühstück hatten wir eine Stunde Zeit auf den Zimmern und dann begann das Training.

Nach dem Training war dann die Mittagspause und am Nachmittag war wieder Training. Die Gruppe bis 13 hatte noch sportliche sonstige Aktivitäten

Bsp. Basketball, Fussball, Unihockey oder ins Schwimmbad gehen. Hierbei machte uns das Schwimmbad am meisten Spass.

Die Gruppe plus 13 hatte bis zum Abendessen Judo und nach dem Abendessen hatten wir alle Zeit zum



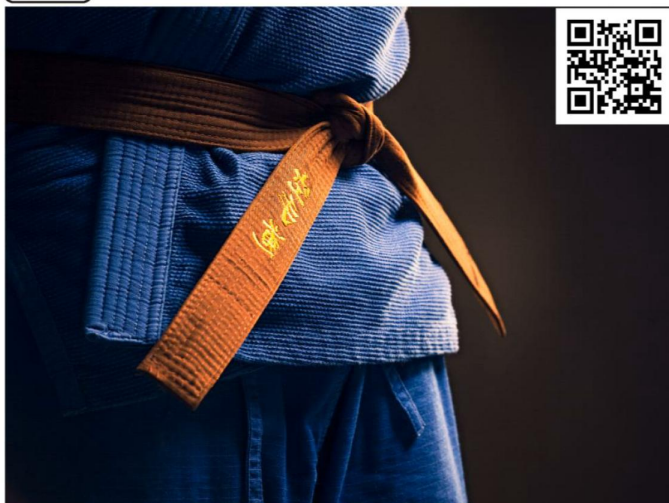
Chillen. Um 21 Uhr war dann Lichterlöschen angesagt bei der Gruppe bis 13 und plus 13 war es um 22 Uhr so weit.

Es war ein tolles Erlebnis. Wir haben neue Freunde gefunden und bestehende Freundschaft bestärkt. Wir werden nächstes Jahr sicher wieder dabei sein.

Text und Bild: Viktor Vukasin



Judoclub Baden Wettingen



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



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

| | | |
|------------------|-------|-------------------------------|
| 1. Juli | Sa | Kyu-Prüfungen in Baden |
| 3. Juli | Mo | Anlass Jugendliche/Erwachsene |
| 8. 7. — 13. 8. | | Sommerferien |
| 30. 9. — 15. 10. | | Herbstferien |
| 22. Oktober | So | Trainingsleitertreffen |
| 4. November | Sa | Clubmeisterschaften |
| 11./12. November | Sa/So | SEM in Neuchâtel |
| 18. Dezember | Mo | Anlass Jugendliche/Erwachsene |



ENERGIE ERLEBEN

056 200 22 22
regionalwerke.ch



Regionalwerke
Baden

DIE POST 

P.P.

CH-5430 Wettingen

Kantonsspital Baden



Mehr Lebensqualität durch Bewegung

Mobilität ist in jedem Alter wichtig und trägt zu einem positiven Lebensgefühl bei. Unser interdisziplinäres Bewegungszentrum befasst sich mit Prävention, Diagnostik, Therapie und Rehabilitation rund um den Bewegungsapparat. Haben Sie Fragen? Kontaktieren Sie uns, wir sind für Sie da.

www.ksb.ch/bewegung

