



JCA Zürich-Affoltern
Technische Kommission

TK-Bericht 2010

Allgemeines

Schon wieder ist ein Jahr vergangen. Die eingespielte Trainer-Crew - dieses Jahr durch den neu gewählten Lucius Bachmann ergänzt - hat wiederum über zwölf dutzend Trainings geleitet, viel Engagement abverlangt, Schweissausbrüche verursacht und hoffentlich auch Spass ermöglicht. Die Teilnehmerzahl ist bei den Erwachsenen erfreulich, sind nicht selten zwölf Personen auf den Matten - oft Judo- und Jiuka in vergleichbarer Anzahl - welche trotz verschiedenem Niveau (6. Kyu bis 1. Dan) gemeinsam trainieren. Bei den Kindern ist erneut ein Rückgang zu verzeichnen. Insbesondere nach den Sommerferien blieb der übliche Zulauf aus, was vermehrte Anstrengung im Werbebereich erfordert.

Kinder und Jugendliche

Das Montagstraining wird als Fortgeschrittenentraining in zwei Gruppen (Gelb/Halborange und Organe/höher) durch Michel, Marcel und Lucius trainiert. Die seriöse Arbeit der Kinder und Trainer wurde erneut durch diverse bestandene Prüfungen belohnt.

Das Mittwochstraining für die Anfänger leiteten Beatrice und Michel (während Jordan längere Zeit dem Vaterland andere Dienste leistete). Ergänzt wird dieser Abend durch die monatlichen Kampftrainings unter der Leitung von René sowie zweimal im Jahr durch den clubinternen Mannschaftswettkampf „JCA-Cup“.

Trotz dem Angebot, die Kinder zu begleiten, stossen externe Wettkämpfe nach wie vor auf wenig Gegenliebe - bedauerlich, bewertete doch der Pädagoge und Begründer des Judo (Jigoro Kano) gerade das spielerische Kämpfen als wertvoll. Hier sollten vermehrt Anstrengungen erfolgen, dürften aber auch die Kinder und ihre Eltern mehr Engagement zeigen.

Das fast schon traditionelle Freundschaftsturnier beim Judokai Wallisellen fiel dieses Jahr leider buchstäblich ins Wasser, hingegen ging das JCA-Chlausturnier ohne Probleme und Verletzungen über die Bühne. Den Kindern gratulieren wir gerne auch an dieser Stelle für ihre kämpferischen Erfolge, welche sie hoffentlich weiter anspornen, sich immer wieder zu messen und sich daraus sportlich und persönlich zu entwickeln.

Erwachsene

Das geleitete Mittwochstraining in zwei Gruppen führten Michel mit den Judoka und Andreas mit den Jiuka durch. Leider konnten aufgrund diverser Absenzen keine Prüfungen durchgeführt werden, immerhin jedoch eine Teilprüfung (Judotechniken im Rahmen einer Jiugradierung). Diese Tatsache darf nicht darüber hinwegtäuschen, dass trotzdem ernsthaft trainiert wurde und Fortschritte gemacht worden sind. Für nächstes Jahr stehen dann umso

mehr neue Gradierungen an, wie auch gemeinsames Training um gegenseitiges Profitieren zu verstärken.

Das Montagstraining verlief auch im üblichen Rahmen, d.h. mit einem Kataabend und drei Freitrainings pro Monat, wobei bei den letzteren immer ein (mindestens) dreiviertelstündiger technischer Input vorausgeht. Bewusst werden Grundtechniken (Kihon), freie Formen (Kumite bzw. Randori) und Kata in Judo, Ju-Jitsu, (traditionellem) Karate und Aikido trainiert. Zur Stärkung der Konditionsfaktoren und koordinativen Fähigkeiten gehört auch ein polysportiver Block zum Montagstraining.

Die Teilnahmen an externen Weiterbildungen sind nach wie vor recht bescheiden. Immerhin sind eine J+S-Leiter-Fortbildung, eine J+S-Kids-Grund- und eine Weiterbildung sowie ein wöchentliches Karate-Training zu notieren. So sind neue Inputs sichergestellt, eine Steigerung wäre trotzdem wünschenswert.

Gratulation / Dank

Zum Schluss gratuliere und danke ich allen JCA-lern, die im 2010 einen erfolgreichen Einsatz geleistet haben - sei es als Trainer, bezüglich persönlicher sportlicher Ziele, für bestandene Prüfungen, als erfolgreiche Uke oder auch beim Bowling oder Darten ...

Zürich, 31. Januar 2011

JCA Zürich-Affoltern
Technische Kommission

Gregor Matter
TK-Chef

Anhang

1. Prüfungen

Joshua	Clivaz	5.5 Kyu	21.04.2010
Sarah	Fischer	5.5 Kyu	21.04.2010
Andrin	Hottinger	5.5 Kyu	21.04.2010
Talant	Iskenderali	5.5 Kyu	21.04.2010
Noelia	Macchiaizzano	5.5. Kyu	21.04.2010
Vensaa	Mohanadas	5.5. Kyu	21.04.2010
Filip	Radenkovic	5.5 Kyu	21.04.2010
Cem	Salini	5.5. Kyu	21.04.2010
Katharina	Gradinaru	5. Kyu	26.05.2010
Kathrin	Heierli	5. Kyu	26.05.2010
Timo	Hirsch-Hofmann	5. Kyu	26.05.2010
Robert	Nädele	5. Kyu	26.05.2010
Robin	Peter	5. Kyu	26.05.2010
Luc	Stadelmann	5. Kyu	
Jonas	Teuscher	5. Kyu	26.05.2010
Luca	Huber	4. Kyu	12.07.2010

2. Kämpfe

Chlausturnier JCA

Gewichtsklasse	1. Rang	2. Rang	3. Rang
bis 25 kg	Raphael Ell	Rion Muqaj	Cem Salini
bis 30 kg	Timo Hirsch-Hoffmann	Yannick Baruffol	Luc Stadelmann
31 kg +	Shayenne Wehrli	Filip Radenkovic	Luca Huber

3. Kurse

Technischer Kurs	Judo	Bülach	1 Tag	Michel Ell
J&S Kids FK		Weinfelden	2 Tage	Michel Ell
J+S Kids Grundkurs			2 Tage	Lucius Bachmann