



JCA Zürich-Affoltern
Technische Kommission

TK-Bericht 2014

Allgemeines

Das Jahr 2014 ist bereits wieder Vergangenheit. Ein weiteres Mal können wir auf abwechslungsreiche Trainings, Spass und schweisstreibendes Engagement zurückblicken. Von ganz aussergewöhnlichen Ereignissen gibt es jedoch wenig zu berichten. Schon traditionell kann vom positiven, respektvollen Umgang erzählt werden, aber ebenso sind häufige Absenzen eine Usanz geworden. Die heutige Zeit mit vielfältigen Angeboten und hoher Erwartungshaltung des Umfelds (z.B. Arbeitgeber) oder von einem selbst (z.B. bezüglich eigener Weiterbildung) verlangt ihren Tribut. Darunter leidet leider der persönliche Fortschritt, was wiederum der Motivation eher abträglich ist.

Erfolge blieben zum Glück – und verdientermassen – nicht aus. Viele Prüfungen wurden bestanden und unsere Kinder konnten diverse Kämpfe erfolgreich gestalten, insbesondere am Turnier in Wallisellen und der Züri-Meisterschaft.

Kinder und Jugendliche

Die Kindertrainer Beatrice, Jordan, Michel und die Co-Trainer Fabienne und Raphaël gestalteten die Trainings der Fortgeschrittenen am Montag und der Anfänger am Mittwoch.

Schwerpunkte waren Kyu Prüfungen, das neue angepasste Kampfbreglement für Kinder und Jugendliche sowie Randori, um eine optimale Vorbereitung für die Teilnahme an Turnieren zu gewährleisten.

Als Höhepunkt des Jahres kann das Turnier in Wallisellen bezeichnet werden. Mit einer beachtlichen Zahl von elf Kindern ging eine Dreierdelegation der Trainer ins Dojo des befreundeten Judokai Wallisellen, wo sich auch fünf andere Vereine (JS Diessenhofen, JSC Dietikon, JC Kloten, JJC Winterthur und wir) mit ihren Teams einfanden. Interessant war es für unsere Kinder, sich einmal mit anderen zu messen und so neue Erfahrungen zu sammeln. Neun Teilnehmerinnen und Teilnehmer konnten sich dabei Podestplätze erkämpfen, wofür ihnen grosse Anerkennung vom Verein gebührt.

Auch dieses Jahr wurde das interne Chlausturnier an einem Mittwochabend, d.h. an einem ordentlichen Trainingstermin durchgeführt. Wir sahen sehr viele, teilweise technisch äusserst beeindruckende Kämpfe und viel Einsatz. Die Organisatoren (Turnierorganisation, Schiedsrichter, Verpflegungsteam und weitere Helfer) hatten wie üblich alles im Griff. Der Turniermodus hatte allerdings zur Konsequenz, dass für die jüngsten Teilnehmenden der Abend etwas spät geworden ist.

Erwachsene

Andreas im Ju-Jitsu und Michel im Judo leiteten die Erwachsenen-Trainings am Mittwoch. Ihrer Methodenkompetenz und dem Engagement der Schüler ist es zu verdanken, dass erhebliche Fortschritte erzielt werden konnten. Neben dem Erlernen von sportspezifischem Können sind immer auch die Konditionsfaktoren und koordinative Fähigkeiten Teil des Programms, so z.B. wurde dieses Jahr ein Schwerpunkt auf Differenzierung und Orientierung gelegt.

Im Mittelpunkt des Ju-Jitsu-Trainings stand die Anwendung von Nage-waza als Antwort auf einen Angriff. Der unregelmässige Trainingsbesuch ermöglichte leider nur (aber immerhin) einen Teilerfolg. Während Andreas' Abwesenheit im Herbst lehrte Gregor schwerpunktmässig Aikidotechniken, welche insbesondere bezüglich steter Bewegung auch fürs Ju-Jitsu interessant sind.

In den Judolektionen der Erwachsenen wurden Kansetsu- und Shime-waza vertieft und das 4. Kyu Programm auf Prüfungsniveau repetiert. Das zweite Halbjahr stand im Zeichen verschiedener Dreh- und Befreiungstechniken.

Noch immer wäre eine Steigerung der Teilnehmerzahl im Montagstraining wünschenswert. Die Zusammensetzung lässt ein abwechslungsreiches und interessantes Training bestens zu, jedoch ist die Anzahl so gering, dass schon ein, zwei Absenzen die Durchführung des Trainings in Frage stellen. Aufgrund der Hausordnung müssten nämlich mindestens sechs Personen partizipieren. Inhaltlich lag der Schwerpunkt im Erwerb technischer Grundfähigkeiten (Kihon, Kata, Prinzipien), aber auch etwas Polysport und Zeit für das Freitraining finden Platz.

Als lohnend kann der Besuch an der Kata-Meisterschaften in Cham bezeichnet werden. Die vier JCA-ler konnten diverse Ideen bezüglich Ausdruck und Dynamik mitnehmen.

Dank

Den Schüler/innen, Trainer/innen, aber auch den vielen weiteren Personen, die unterstützende Beiträge leisten (z.B. Vorstand, Eltern, Turnierorganisatoren in Wallisellen, Hauswarte, Helfer/innen) gebührt einmal mehr mein herzlicher Dank. Nur aufgrund guter Zusammenarbeit und gegenseitiger Unterstützung sind Erfolge möglich, das gilt auch (oder erst recht) für unsere vermeintliche Einzelsportart.

Zürich, 11. Februar 2015

JCA Zürich-Affoltern
Technische Kommission

Gregor Matter
TK-Chef

Anhang

1. Prüfungen

Adeola	Adebiyi	4.5. Kyu - Judo	26.05.14
Talant	Ziadinov	4.5. Kyu - Judo	26.05.14
Lara	Klein	5. Kyu – Judo	04.06.14
Lisjon	Shabani	5. Kyu – Judo	04.06.14
David	Keller	5. Kyu – Judo	04.06.14
Moritz	Heusser	5. Kyu – Judo	04.06.14
Fabienne	Ell	3. Kyu - Judo	23.06.14
Joel	Bachmann	3. Kyu - Judo	23.06.14
Raphaël	Ell	3.5. Kyu - Judo	23.06.14
Jonas	Teuscher	3.5. Kyu - Judo	23.06.14
Yannick	Baruffol	3.5. Kyu . Judo	23.06.14
Samantha	Burren	5.5. Kyu – Judo	02.07.14
Octavia	Thalparpan	5.5. Kyu – Judo	02.07.14
Noah	Burren	5.5. Kyu – Judo	02.07.14
Niels	Schönholzer	5.5. Kyu – Judo	02.07.14
Burid	Chaiyaded	5.5. Kyu – Judo	02.07.14
Finn	Albrecht	5.5. Kyu – Judo	02.07.14
Arthur	Mathys	5.5. Kyu – Judo	26.11.14
Cristian	Schäfermann	5.5. Kyu – Judo	26.11.14
Lennard	Koppensteiner	5.5. Kyu – Judo	26.11.14
Leon	Sikic	5.5. Kyu – Judo	26.11.14
Matwey	Albus	5.5. Kyu – Judo	26.11.14

2. Kämpfe

Chlausturnier JCA

Gewichtsklasse	1. Rang	2. Rang	3. Rang	
20 - 24 kg	Moritz	David	Angelina	
25 - 29 kg	Burid	Lennard	Samantha	
30 - 33 kg	Leo	Cem	Lisjon	
35 - 39 kg	Adeola	Ilyes	Yannick	
40 kg +	Fabienne	Robin	Arthur	

Freundschaftsturnier Wallisellen

1. Rang	Leo, David
2. Rang	Talant, Adeola, Moritz
3. Rang	Ilyes, Lisjon, Samantha, Angelina

Externe Kämpfe

Adeola	Adebiyi	Züri-Meisterschaft	2. Rang
Yannick	Baruffol	Züri-Meisterschaft	3. Rang
Jonas	Teuscher	Züri-Meisterschaft	3. Rang

3. Kurse

Judo – Technischer Kurs	18./19. Oktober	Kerenzerberg	Fabienne Ell Michel Ell Jordan Michalk Yasmina Ponsot Nina Zenger
-------------------------	-----------------	--------------	---