



JCA Zürich-Affoltern
Technische Kommission

TK-Bericht 2016

Allgemeines

Wir können auf ein erfolgreiches Jahr mit diversen Highlights zurückblicken: eine neu gewählte Trainerin, eine abgeschlossene Weiterbildung, ein Training mit einem Mitglied des Nationalmannschaftskaders, erfolgreiche Wettkämpfe, ein neues Mattenfeld. Ein ambivalentes Bild zeigt sich nach wie vor bezüglich Teilnehmerzahlen. Sehr gut besuchte wie auch abgesagte Trainings kamen vor. Ein gezielter, systematischer Trainingsaufbau wird so beinahe verunmöglicht, entsprechend leidet der Trainingserfolg darunter.

René Widmer hat sein Amt als Trainer per Generalversammlung 2016 niedergelegt. Er ist 1973 dem Verein beigetreten und hat die Gradierungen bis zum 1. Kyu Judo durchlaufen. 1981-1985 und 1994-2016 war er in verschiedenen Trainerrollen (u.a. als Kampftainer der Kinder) engagiert. Das nötige Know-how erlangte er durch die Ausbildungen zum J+S-Leiter 1 und 2 sowie diversen Fortbildungskursen des Bundesamtes für Sport (Baspo). Daneben war er anerkannter Schiedsrichter des schweizerischen Judo- und Ju-Jitsu-Verbandes (SVJ). Am Chlausturnier wurde er vom JCA in gebührender Weise verabschiedet. Dem ausgesprochenen herzlichen Dank für sein grosses Engagement schliesse ich mich hier gerne an.

Als Nachfolgerin konnte Fabienne Ell gewonnen werden. Als J+S-Leiterin Kindersport bringt sie ideale Voraussetzungen für die Funktion mit.

Mit Erfolg hat unser Judotrainer Michel Ell die siebentägige Ausbildung zum Kuatsu-Instruktor beim SVJ absolviert. Kuatsu (auch: Kappo) bedeutet ungefähr „Technik des Lebens“ und umfasst Methoden zur Behebung von und Prävention vor Gesundheitsbeeinträchtigungen.

Ich gratuliere Fabienne zur Wahl und Michel zum Ausbildungserfolg herzlich!

Im Oktober wurden schliesslich zwei neue Mattenfelder – in den modernen Farben blau/gelb – geliefert. Das bisherige Material aus den Jahren 1999/2000 wurde ersetzt und durch eine zusätzliche Mattenreihe ergänzt. Die Trainingsfläche beträgt jetzt grosszügige 136 m².

Kinder

Die Durchführung des Montagstrainings gestaltet sich schwierig. Die Unterschiede bei den Kindern bezüglich Können, Wissen und Motivation ist beachtlich. Immerhin konnten die beiden Trainer Beatrice und Michel sieben Halborangegurte aufgrund der erfolgreichen Prüfungen verteilen.

Sehr erfreulich ist die Anzahl der Neueintritte (elf an der Zahl) im Mittwochstraining nach den Sommerferien. Die in der Regel sehr jungen Schüler/innen bekunden verständlicherweise noch etwas Mühe, das ganze Training konzentriert zu absolvieren. Entsprechend üben sich Beatrice, Jordan und Michel in Geduld. Der Erfolg lässt sich aber mit elf bestandenen Halbgelb- und fünf Gelbgurtprüfungen durchaus sehen!

Ebenso positiv zu vermelden, sind die Teilnehmerzahlen an den Wettkämpfen. Am diesjährigen Chlausturnier nahmen nicht weniger als 27 Kinder teil, am Freundschaftsturnier in Wallisellen trat der JCA mit seinen neun Kindern als zahlreichste Mannschaft auf. Die erlangten Medaillen beweisen aber auch Können und grossen Einsatz!

Erwachsene

Das erste Highlight im Erwachsenentraining fand schon früh im Jahr statt. Unter der Leitung von Fabrizio Lucchese (Mitglied des Nationalmannschaftskaders) erhielten wir eine eindrückliche (und anstrengende) Einführung ins Ju-Jitsu-Fighting. Als Folge davon wurden Elemente aus dieser Wettkampfform in die Trainings von Mittwoch und Montag eingebaut.

Das Mittwochstraining im Ju-Jitsu widmete sich unter der Leitung von Andreas hauptsächlich der Prüfungsvorbereitung, im Judo standen unter der Leitung von Michel ebenfalls die Prüfungsvorbereitungen im Fokus, daneben wurde an der Nage-no-kata gearbeitet. Das Montagstraining war wiederum bestückt mit den Elementen Kihon (aus Judo, Aikido und Karate), Kata, Duo, Polysport sowie Freitraining und wurde von Gregor geleitet.

Ein stetiges Thema waren auch im vergangenen Jahr die Teilnehmerzahlen. So fanden sich im September mal 16 (!) Teilnehmende am Mittwoch ein, andererseits mussten im November diverse Montagstrainings mangels Teilnehmer abgesagt werden. Das regelmässige Trainieren ist Voraussetzung für den persönlichen Erfolg und damit die eigene Motivation. Daher hoffe ich, dass unsere Sportler im nächsten Jahr trotz beruflicher Belastung wieder häufiger Zeit im Dojo verbringen können. Hilfreich ist sicher, sich ein konkretes Ziel zu setzen.

Eine erfreuliche Steigerung ist beim Besuch externer Kurse zu vermelden. Insgesamt wurden 21 Tageskurse absolviert. Hoffen wir auf eine Fortführung dieses positiven Trends auch im kommenden Jahr!

Dank

Zum Schluss gilt es wie immer zu danken: für das Engagement der Trainer und Schüler, die Unterstützung von Vorstand und Eltern sowie generell für den kollegialen Umgang untereinander.

Zürich, 4. Januar 2017

JCA Zürich-Affoltern
Technische Kommission

Gregor Matter
TK-Chef

Anhang

1. Prüfungen

Octavia	Thalparpan	4.5 Kyu – Judo	01.02.2016
Samantha	Burren	4.5 Kyu – Judo	01.02.2016
Jordan	Michalk	5. Kyu – Ju-Jitsu	20.04.2016
Özlem	Kaya	4. Kyu – Ju-Jitsu	01.06.2016
Maira	Hegglin	5.5 Kyu – Judo	29.06.2016
Alessia	Correa	5.5 Kyu - Judo	29.06.2016
Milan	Stojiljkovic	5.5 Kyu - Judo	29.06.2016
Marko	Stojiljkovic	5.5 Kyu - Judo	29.06.2016
David	Keller	4.5 Kyu – Judo	04.07.2016
Lisjon	Shabani	4.5 Kyu – Judo	04.07.2016
Matwej	Albus	4.5 Kyu – Judo	04.07.2016
Mattia	Schnider	4.5 Kyu – Judo	04.07.2016
Moritz	Heusser	4.5 Kyu – Judo	04.07.2016
Alina	Murtezi	5.5 Kyu - Judo	28.09.2016
Aris	Murtezi	5.5 Kyu - Judo	28.09.2016
Vasco	Correa	5.5 Kyu - Judo	28.09.2016
Maggie	Rüegg	5.5 Kyu - Judo	28.09.2016
Falco	Scheuter	5.5 Kyu - Judo	28.09.2016
Leon	Wöhrnschimmel	5.5 Kyu - Judo	28.09.2016
Mark	Moline	5.5 Kyu - Judo	28.09.2016
Andrey	Weiss	5. Kyu - Judo	28.09.2016
Anthony	Togerson	5. Kyu - Judo	28.09.2016
Charlotte	Koschnik	5. Kyu - Judo	28.09.2016
Leon	Sikic	5. Kyu - Judo	28.09.2016
Miriam	Ellenmeier-Zapana	5. Kyu - Judo	28.09.2016

2. Kämpfe

Chlausturnier JCA (27 Teilnehmer)

Gewichtsklasse	1. Rang	2. Rang	3. Rang
18-20 kg	Valerio Ghizzioli	Kevin Rüegg	Maggie
23-25 kg	Leon Mariani	Nuria Paz	Eloyan
26-28 kg	Valentina Bianco	Loic	Vasco Correa
30-33 kg	David Keller	Lennard Koppensteiner	Allessia
34-36 kg	Leo Sikic	Lisjon Shabani	Charlotte
+37 kg	Samantha Burren	Octavia Thalparpan	Mark Moline

Freundschaftsturnier Wallisellen (9 Teilnehmer)

1. Rang	David Keller, Lennard Koppensteiner
2. Rang	Maggi Rüegg, Marco Stojiljkovic, Samantha Burren, Lisjon Shabani
3. Rang	Valerio Ghizzioli, Leon Sikic, Milan Stojiljkovic

3. Kurse

J+S techn. Judokurs	2 Tage Oktober 2016	Kerenzerberg	Yasmina Ponsot Jordan Michalk Kathrin Heierli Fabienne Ell Raphaël Ell Michel Ell
Kuatsu-Instruktorenlehrgang	7 Tage	div.	Michel Ell
Kuatsu-Kurs	1 Tag Dezember 2016	Wallisellen	Jean-Pierre Herzog Ösi Kaya Michel Ell (Leitung)