

1. Ausgabe 2013

Allgemeines

Training:

Erwachsene:

Jeden Montag und Donnerstag von 20:00 – 21:30 Uhr.

Dojo: Schulhaus Kirchmatt, 6300 Zug

Dojo Telefon: 041 711 76 45

Kinder:

Jeden Mittwoch von 18:30 – 20:00 Uhr.

Dojo: Dreifach- Turnhalle Sunnegrund (Halle 2), 6312 Steinhausen

Anlässe:

8. Juli – 18. August 2013 Sommerpause

Ende August Spätsommerlicher Grillplausch ??

2./3. November 2013 Jiu Weekend in Adelboden

Vorwort



Ein Lächeln sagt oft mehr aus als es scheint. Man lächelt immer wieder andere Menschen an: um Danke zu sagen, jemanden den Vortritt zu lassen, zu grüssen, um sein Mitgefühl zu zeigen oder einfach so, weil man gerade froh ist. Jeder Tag wird erstrahlt, wenn andere dir ein Lächeln schenken. Ich bin überzeugt, dass jeder Tag unseres Lebens ein einmaliger Tag ist und er uns in Erinnerung bleiben wird. Bevor wir einschlafen und noch einmal über den Tag nachdenken, dann denken wir an die Menschen, die uns ihr Lachen geschenkt haben und schlafen glücklich ein. Am Morgen erwachen wir zufrieden und beginnen den Tag aufs Neue mit einem Lachen. Denkt an diese Zeilen und vergesst nie zu lächeln.

Alles Liebe Barbara Allenbach

Hallo, ich bin die Neue...

Aufgewachsen in einem kleinen Dorf im Taunus in der Nähe von Frankfurt am Main startete ich im Alter von 5 Jahren meine „Sportlerkarriere“ im einzigen Verein im Ort und spielte während 15 Jahren intensiv Tischtennis. Durch Zufall kam ich mit 18 Jahren durch einen Freund zum Ju-Jitsu, welches in einer Judoschule im Nachbardorf angeboten wurde. Als totaler Spätzünder ohne jegliches Kampfsport-Vorwissen, aber dafür mit grosser Neugierde, wurde von da an fleissig zweimal die Woche trainiert. Anfänglich noch zögerlich und schüchtern, wuchs mit der Zeit im und dadurch auch neben dem Dojo mein Selbstvertrauen und meine Selbstsicherheit – auch zur grossen Freude meiner Familie. Da im deutschen Ju-Jitsu-System ein grosser Fokus aufs Kämpferische gelegt wird, kam es, dass ich mich während zwei Jahren in der Wettkampfmannschaft versuchte im Fighting zu behaupten. Diese Erfahrungen im Zweikampf liessen meinen Charakter weiter reifen.

"Erkennst du deinen Gegner und erkennst du dich selbst, so werden von hundert Kämpfen, die du auszustehen hast, hundert siegreich sein.

Erkennst du den Gegner nicht, doch erkennst du dich selbst, so stehen die Chancen zu gewinnen oder zu verlieren gleich.

Erkennst du weder den Gegner noch dich selbst, so wirst du deine Kämpfe nur in Niederlagen zählen".

Sun-tsu (chinesischer Heerführer)

Nach dem Abitur begann mit dem Biologie-Studium ein neuer Abschnitt in meinem Leben, verbunden mit dem Auszug aus meinem Elternhaus. Die kommenden Jahre waren geprägt vom Vagabudentum und das Ju-Jitsu kam während dieser Zeit leider viel zu kurz. Mein Gi fristete ein einsames Dasein in irgendeinem Kellerschrank meiner Eltern und meine Fighting-Schützer staubten vor sich hin.

In Zug begann ich endlich wieder Wurzeln zu schlagen und mit den Wurzeln kam auch die Lust und Motivation zurück, regelmässig Ju-

Jitsu zu machen. Nachdem der Entschluss gefasst war, wurde der Gi bei einem Heimatbesuch aus dem Schrank gegraben und in die Schweiz verfrachtet. Jetzt musste noch ein geeigneter Verein gefunden werden und im Internet stiess ich auf die Homepage des Ju-Jitsu Club Go-Sen. Von Anfang an war ich wieder Feuer und Flamme: den Gi wieder zu tragen, den Gurt zu binden, die Judomatten unter den nackten Fusssohlen zu spüren, jeden Muskel im Körper zu trainieren, die Reflexe, die Bewegungen und der gegenseitige Respekt, der Spass und das Miteinander – zum Glück bin ich zu diesem Sport zurückgekehrt!

Diese Leidenschaft spiegelt sich für mich seit diesem Jahr nicht mehr nur im wöchentlichen Training wieder, sondern jetzt auch als eure Präsidentin.

Was erhoffe ich mir von meiner Zeit als Präsidentin?

Ich erhoffe mir den Verein zusammen mit meinen Vorstandskollegen weiterhin gut zu „managen“. Ich erhoffe mir eure Mithilfe und Unterstützung bei unseren vielfältigen Anlässen, denn nur bleibt ein Verein lebendig. Ich erhoffe mir, dass unsere Trainer wie bisher mit viel Freude und Geduld, aber auch mit der nötigen Strenge und Disziplin, die ein authentischer Kampfsport beinhalten muss, uns helfen, in diesem Sport zu wachsen. Ich erhoffe mir Trainingskollegen, die sich gegenseitig respektieren, sich unterstützen und die mit überzeugter innerer Einstellung – der Attitüde – auf die Matte kommen. Ich erhoffe mir neue Gesichter und Charaktere in unserem Verein begrüßen zu können. Und natürlich erhoffe ich mir unfallfreie Trainings mit lachenden und verschwitzten Gesichtern.

Für euer Vertrauen in mich danke ich euch von Herzen. Ich freue mich auf diese Zeit, kann ich doch so auch etwas zurückgeben und vielleicht auch das ein oder andere und den ein oder anderen bewegen. Ich habe aber auch grossen Respekt vor diesem Amt und hoffe, ihr habt etwas Geduld mit mir, denn wieder einmal begeben sich mich auf absolutes Neuland.

"Selbst ein Weg von tausend Meilen beginnt mit einem Schritt"

Japanische Weisheit

Julia

Jahresbericht des Präsidenten

Die Technik ist im Budo wichtig. Letztlich ist es jedoch der Geist, der eine vorrangige Stellung einnimmt. Dazu eine Geschichte aus China:

Ein König wollte einen besonders starken Kampfhahn besitzen und gab daher einem seiner Untertanen den Auftrag, einen Hahn entsprechend auszubilden. Dieser lehrte den Hahn zunächst die Technik des Kämpfens. Nach zehn Tagen fragte der König: „Kann man mit dem Hahn jetzt einen Kampf veranstalten?“ Doch der Ausbilder sagte: „Nein, nein! Er ist stark, doch diese Stärke ist leer. Er will immerzu kämpfen. Er ist aufgeregt, und seine Kraft ist unbeständig.“

Zehn Tage später fragte der König wieder: „Nun kann man jetzt den Kampf beginnen?“ – „Nein, nein, noch nicht!“, war die Antwort. „Er ist noch voller Leidenschaft und will immerzu kämpfen. Wenn er einen anderen Hahn hört, selbst aus dem Nachbardorf, so kommt er in Wut und will sich gleich in den Kampf stürzen.“

Nach nochmals zehn Tagen Übung fragte der König aufs neue: „Geht es jetzt?“ Der Ausbilder antwortete: „Jetzt zeigt er keine Leidenschaft mehr, und wenn er einen anderen Hahn hört oder sieht, bleibt er ruhig. Seine Haltung ist aufrecht, und er zeigt kraftvolle Spannung. Er kommt auch nicht mehr in Wut. Seine Energie und seine Kraft zeigen sich nicht mehr an der Oberfläche.“

„Also ist es in Ordnung mit dem Kampf?“ fragte der König. Der Ausbilder gab zur Antwort: „Vielleicht.“ Man brachte eine grosse Anzahl Hähne und veranstaltete ein Turnier. Doch die anderen Hähne waren unfähig sich dem Hahn des Königs zu nähern. Sie flohen erschreckt! So brauchte er überhaupt nicht zu kämpfen. Der Kampfhahn war zu einem aus Holz geworden. Er hatte die Stufe der technischen Übung, des waza, hinter sich gelassen. Er hatte starke innere Energie, die sich nicht in der Äusserlichkeit zeigte. Seine Kraft lag in ihm, und die anderen konnten sich nur noch vor seiner stillen Sicherheit und seiner wahren, verborgenen Kraft verneigen.

Diese Geschichte zeigt uns einen möglichen Weg den ein Budo Praktizierender gehen kann. Ich persönlich finde dieses Ziel erstrebenswert, so gut das auch als westlicher Hobby Jiuka möglich ist.

Als Präsident, vor allem aber auch als Trainer ist es immer mein Bestreben, alle die wollen auf dieses Ziel hin zu begleiten. Um die Rahmenbedingungen dazu zu schaffen, setze ich mich im Vorstand für den Verein ein.

Der Vorstand hat dieses Jahr seit langem wieder einmal 3 Sitzungen abgehalten. Dabei wurden alle nötigen Tätigkeiten koordiniert und die entsprechenden Aufgaben verteilt.

Immer im Frühling findet die EPK des ZSJJV in Luzern statt. Ich war an diesem Abend als Vertreter unseres Vereines anwesend. Der Zentralschweizer Verband ist ein wenig zum Leben erwacht. Einiges wurde in die Wege geleitet, vor allem natürlich fürs Judo. Erfreulicherweise wurden ein paar Kurse initiiert. So werden in Zukunft 2 Mal pro Jahr die Trainingsleiter aller Vereine für einen gemeinsamen Kurs zusammen kommen um Erfahrungen auszutauschen. Am Samstag findet das nun zum zweiten Mal statt. Auch Hilfsleiterkurse und ein Vorbereitungs Kurs zum Zulassungstag J&S fand statt. Marco Limacher ist zum Glück bei einem Zentralschweizer Verein, so dass wir von seiner immensen Erfahrung profitieren können.

Unsere Stimme an der DV des SJV habe ich dem Zentralschweizer Verband delegiert. Matthias Häfliger hat uns so in Bern vertreten.

Wie gewohnt erschienen 2 Ausgaben „Tatami“. Danke Barbara für deine Arbeit. Danke auch für die schönen Gedichte, die wir in jeder Ausgabe geniessen können. Die sind übrigens wirklich von ihr selber verfasst worden!

Nicht jeder ist ein Schriftsteller. Trotzdem werden die Beiträge nur von einer Handvoll Personen gestaltet. Ich wünsche mir mehr Mut von jedem. Helft mit das Heft zu gestalten.

Nicht nur Arbeiten zur Verwaltung mussten erledigt werden. Auch 2012 konnten ein paar gesellschaftliche Anlässe stattfinden. Ein Zweck unseres Vereines ist es ja die Kameradschaft zu fördern.

Im Frühling wurden alle Matten gekehrt und gründlich darunter geputzt. Dojo Reinigung war angesagt. Andrea konnte zwar nicht dabei sein, hat aber alles so gut organisiert, dass kein Staub entkommen konnte.

Anfangs Sommer trafen wir uns bei der Alphütte Golperen zum Grillplausch. Endlich konnte dieser Anlass wieder einmal stattfinden. Barbara und Toni luden auf die Alp und wir kamen. Danke Toni, vielleicht bis zum nächsten Mal??

Kurz danach konnte eine gemischte Truppe aus Kindern und Erwachsenen den Jiu Tag in Biel geniessen. Dieses Jahr müssen wir nach Bern ausweichen. In Biel findet das eidgenössische Turnfest statt!

Der Sommer ging, das Jiu Weekend und der Schnee kamen. Wir haben aber den Bogen nicht überspannt und ab und zu sogar in die Mitte getroffen.

So endete auch das letzte Jahr mit einem feinen Fondue aus dem Hause Wicki. Julia und Remo haben sich für uns ins Zeug gelegt.

Der zweite Zweck unseres Vereines ist das Fördern und Ausüben von Ju-Jitsu.

Zwei Trainings pro Woche wurden das ganze Jahr über unter kompetenter Leitung angeboten. Ich hoffe alle wurden dabei gefördert.

Einmal wöchentlich während der Schulzeit findet zudem in Steinhausen das Kinder Jiu statt.

Im vergangenen Jahr kamen nochmals Jugendliche zum Verein, so dass auch 2012 zum Kindertraining der das Training am Donnerstag bei Jugend und Sport angemeldet werden konnte.

Abschliessend wie immer ein paar Dankesworte.

Herzlichen Dank an meine Vorstandskolleginnen und Vorstandkollegen. Wie immer konnte ich auf eure Mitarbeit zählen. Ihr erledigt die euch zugeteilten Aufgaben termingerecht. Gleichzeitig fördert ihr als Trainingsleiter alle Schüler auf den Matten. Praktisch alle die regelmässig oder ab und zu einen Teil zu den Trainings beitragen, sind auch im Vorstand aktiv!

Danke allen Trainingsbesuchern, den Regelmässigen und den unregelmässigen. Für euch machen wir das. Durch euer Mitmachen bekommen wir eine Bestätigung unseres Tuns.

Es war eine gute Erfahrung euer Chef zu sein. Nun aber ist die Zeit gekommen das Amt weiter zu geben.

Ich habe 6 Jahre lang die Geschicke geleitet, gleichlang wie meine zwei Vorgänger. In dieser Zeit konnte ich einiges erreichen. Ein paar Stichworte: Vereinsname, Logo, Ehrenmitglied, 20 Jahre Jubiläum, Neuer Look im Dojo etc.

Ich werde auch weiterhin viel ins Ju-Jitsu investieren, einfach eine Reihe weiter hinten. Das Amt als Trainer, das Kindertraining, Jugend und Sport und die Homepage werden mich sicherlich genug bei der Stange halten.

Ich danke allen Mitgliedern für das jahrelang entgegengebrachte Vertrauen.

Nun ich werde in Zukunft sicher keine Kamphähne züchten. Aber ich werden mich sicher weiter mit Themen beschäftigen, wie den Geist zu trainieren oder das Atmen. Ein Kampfhahn zu werden mit starker innerer Energie und einer stillen Sicherheit vor dem sich die anderen nur noch verneigen können ist eine grosse, herausfordernde Aufgabe für mich. Ab und zu versuche Elemente auf diesem Weg in meine Trainings einfliessen zu lassen. Kommt mit!

Im Februar 2013, euer nur noch ein paar Minuten Präsident
Urs Lüthi

Protokoll Generalversammlung 28. Februar 2013

- Ort: Rest. Rütli, 6300 Zug
- Anwesend: Vereinsmitglieder gemäss Präsenzliste
- Entschuldigt: Ehrenmitglied Anton Baumann
Kevin Garcia, Alex Inderbitzin, Jonas Klass, Guido Künzle, Anita Niederhauser, Lukas Schaubert, Pascal Steiner, Iris Trochsler, Thomas Huonder, Lydia Nussbaumer
- Beginn: 19:35 Uhr
- Ende: 20:30Uhr

1. Eröffnung durch den Präsidenten

Urs Lüthi begrüsst alle anwesenden zur 22. Generalversammlung. Speziell begrüsst Urs Lüthi die Ehrenmitglieder René Trochsler und Roland Uttinger.

Speziell begrüsst werden auch die Neumitglieder Elena Lüthi und Diogo Rodrigues.

Anschliessend erklärt uns Urs Lüthi noch die Mutationen:

Eintritte: Elena Lüthi, Daniel Gieger, Anita Niederhauser, Diogo Rodrigues

Austritte: Quirin Müller, Urs und Roman Engetschwiler, Reto Weibel, Jonas Düggele, Markus Müller, Marc Nussbaumer, Peter Röthig, Kai Ulrich

Übertritte: Keine

Somit zählt unser Verein 54 Mitglieder, das sind sechs weniger als letztes Jahr: Davon sind 17 im Kindertraining. Dem Verband gemeldet sind 25 Mitglieder.

Für die Generalversammlung wird noch der Stimmenzähler gewählt. Es ist dies Helena Ott.

Urs Lüthi fragt die Versammlung an, ob jemand die Traktandenliste noch ändern will. Dies ist nicht der Fall.

2. Genehmigung des Protokolls der letzten Generalversammlung

Das letztjährige Protokoll ist im TATAMI 1/12 erschienen. Anschliessend fragt Urs Lüthi nach, ob jemand noch etwas Ändern will. Da dies nicht der Fall ist kommt es zur Abstimmung. Das Protokoll wird einstimmig angenommen.

Urs Lüthi bedankt sich bei Remo Zberg für das Schreiben des Protokolls.

3. Jahresbericht des Präsidenten

Der Präsident Urs Lüthi liest seinen Jahresbericht vor. In seinem Bericht blickt er zurück auf das vergangene Vereinsjahr. Er listet auch ein paar Jahreshighlights auf. Am Schluss bedankt sich Urs Lüthi noch bei dem Verein für das Vertrauen welches er als noch Präsident geniessen durfte. Auch bedankte er sich bei allen welche sich für den Verein einsetzten.

Die Versammlung bedankt sich bei Urs Lüthi mit einem Applaus für seinen Jahresbericht.

4. Jahresbericht des technischen Leiters

Der technische Leiter Charly Allenbach liest uns seinen Jahresbericht vor und erzählt uns von den Jahreshighlights. Er stellt uns auch die Statistik der Trainings vor. Auch bedankte er sich bei allen Trainer und Hilfstrainer für die interessanten und guten Trainings.

Charly Allenbach durfte auch ein paar Prüfungserfolge verkünden. Es waren dies auf den:

Blaugurt: Barbara Allenbach und Remo Zberg

Orangegurt: Lukas Schaubert

Gelbgurt: Jonas Klass und Stefan Wanger

Anschliessend werden noch die Trainingsfleissigsten verkündet. Es sind dies: Barbara Allenbach, Lukas Schaubert und Remo Zberg.

Charly Allenbach übergibt ihnen ein kleines Present.

Die Versammlung nimmt seinen Bericht einstimmig an.

Urs Lüthi bedankt sich bei Charly Allenbach für den Bericht.

5. Abnahme der Jahresrechnung 2012 / Revisorenbericht

Roli Steinger präsentiert der Versammlung die Jahresrechnung. Welche leicht negativ ausgefallen ist. Urs Lüthi dankt ihm für die Jahresrechnung.

Daraufhin lesen die Revisoren Julia Franzen und Lukas Schaubert den Revisorenbericht vor und bestätigen dass die Rechnung sauber geführt wurde und empfehlen der Versammlung die Annahme der Jahresrechnung.

Die Anschliessende Abstimmung zur Jahresrechnung wurde einstimmig angenommen.

Roland Steinger stellt den Antrag an die Versammlung das Depot-Konto aufzulösen. Dies aus dem Grund das die Austritte nicht besser gemeldet wurden und das der Administrative Aufwand zu gross ist. Der Betrag aus dem Depot-Konto fliesst zurück in die normale Rechnung.

Der Antrag von Roland Steinger wird einstimmig angenommen.

6. Mitgliederbeiträge 2013

Es sind keine Änderungen geplant und an der anschliessenden Abstimmung wird dies auch einstimmig angenommen.

7. Budget 2013

Roland Steinger erklärt der Versammlung das Budget 2013.

Anschliessend wird das Budget einstimmig angenommen.

Urs Lüthi bedankt sich bei Roland Steinger für das erstellen des Budget 2013.

8. Wahlen

Urs Lüthi gibt sein Rücktritt als Präsident bekannt. Er schlägt Julia Franzen zur Wahl vor. Sie wird an der Abstimmung einstimmig gewählt.

Als Kassier stellt sich noch einmal Roland Steinger zur Wiederwahl. Auch er wird einstimmig gewählt.

Der restliche Vorstand bestehend aus Andrea Betschart (Dojo Chefin), Charly Allenbach (TK- Leiter) und Remo Zberg (Aktuar) werden ebenfalls für zwei weitere Jahre einstimmig in den Vorstand gewählt.

Der Vorstand bedankt sich bei Urs Lüthi für seine sechs Jahre als Präsident und übergibt ihm ein Präsent. Ebenfalls bedankt sich die gesamte Versammlung mit Applaus für seine Jahre als Präsident.

Urs Lüthi bedankt sich bei der Revisorin Julia Franzen für ihre Arbeit. Nun wird Lukas Schauber erster Revisor. Als zweiter Revisor wird Lydia Nussbaumer der Versammlung vorgeschlagen. Sie wird an der Abstimmung ebenfalls einstimmig gewählt.

9. Verschiedenes

Verdankungen

Urs Lüthi bedankt sich bei folgenden Personen mit einem Präsent:

Barbara Allenbach für das Schreiben des TATAMI`s.

Daniel Zberg für das überreichen von einem PET-Sammler und Desinfektionsmittel

Auch bedankt sich Urs Lüthi bei Anton Baumann für das bereitstellen der Lokalität beim Grillplausch.

Urs Lüthi gibt auch bekannt, dass Roger Steffen geheiratet hat.

Termine

- Die diesjährige Dojo Reinigung findet am **Samstag 13. April** statt.
- Jeweils an einem **Dienstag**, beginnend vom **7. Mai** bis am **11 Juni** findet ein Einführungskurs für Ju-Jitsu statt.
- Am **Samstag 22. Juni 2011** findet wieder der alljährliche Jiu Day statt.
- Im Sommer findet kein offizielles Training statt.
- Im Herbst wird das Jiu Weekend wieder in Adelboden ausgetragen.
- Auch im Herbst wird ein Training mit einem Schwinger stattfinden

Sonstiges

- Beim Tatami sind Beiträge von allen erwünscht. Auch für Werbung hat es noch genügend Platz.
- Auch macht uns Urs Lüthi noch darauf aufmerksam, dass der Verband sehr nützliche und lehrreiche Kurse anbietet.

Wir schliessen die Generalversammlung um 20:30 Uhr und geniessen anschliessend ein feines Abendessen im Rest. Rütli.

Der Aktuar, Remo Zberg

Jahresbericht des technischen Leiters vom Vereinsjahr 2012

In meinem Bericht will ich als erstes die technischen Höhepunkte des vergangenen Vereinsjahres hervorheben.

- 4. – 10. März, Trainingswoche in Mürren. Teilnahme von Andrea, Fredi, Urs und Charly
- Im Mai, Spezialtraining mit Marcel Jann in unserem Dojo
- 23. Juni, Nationaler Ju Jitsu Tag in Biel. Mit einer grossen Gruppe waren wir am Jiu Day vertreten. Ich hoffe es wird viel Reklame gemacht, damit auch am nächsten Jiu Day, in Bern, eine Gruppe des GO-SEN anwesend ist.
- 25. August, 1. Trainer Workshop in Kriens. Organisiert vom Zentralschweizerischen Judo- und Jiu Verband.
- 27. - 28. Oktober, Jiu Weekend in Zug. Gemeinsam mit unseren Jiu Freunden aus Adelboden und aus Steffisburg.

Nicht nur an diesen speziellen Anlässen, sondern während des ganzen Jahres wurde im Dojo fleissig gearbeitet. Es gab während des Jahres 82 Trainings.

An diesen Trainings waren im Schnitt 8.39 Leute anwesend. Oder eben 688 persönliche Trainingslektionen im ganzen Jahr. Dabei war die Streuung wie immer sehr gross, zwischen 65 besuchten Trainings und 3 besuchten Training war auch in diesem Jahr alles dabei.

An dieser Stelle einen grossen Dank an unsere Trainer Urs und Roli. Auch an einen Dank an diejenigen welche zwischendurch einspringen, wenn die Haupttrainer mal verhindert sind. Im letzten Jahr waren dies Julia und Remo. Vielen Dank für die abwechslungsreichen und anspruchsvollen Trainings.

Andere Jahre konnte ich an dieser Stelle immer sagen, dass unsere Trainings allesamt auch Unfallfrei verlaufen sind. Leider ist das in diesem Jahr nicht der Fall.

Vielleicht ist es Zufall, aber vielleicht kam das auch aus anderen Gründen zu Stande. Ich will die Gründe hier nicht analysieren, aber ich will alle darauf aufmerksam machen, das es in der Verantwortung jedes einzelnen ist, seine Fähigkeiten und Möglichkeiten möglichst richtig einzuschätzen und sein Verhalten dementsprechend anzupassen.

Auch dieses Jahr konnten einige Gurt-Prüfungen abgelegt werden. Im Vereinsjahr 2012 konnten 5 Jiukas eine Kyu Prüfung ablegen.

- Blaugurt → von Remo Zberg und Barbara Allenbach,
- Orangegurt → von Lukas Schaubert,
- Gelbgurt → von Stefan Wanger und Jonas Klass

Ich gratuliere allen noch einmal für die erbrachten Leistungen und ich hoffe dass es in diesem Jahr so weiter geht. Gleichzeitig bedanke ich mich bei allen Uke's welche bei den verschiedenen Gurtprüfungen mitgeholfen, motiviert und unterstützt haben.

Ein paar Worte zum Kindertraining, nun sind wir schon im 12 Jahr in Steinhausen. Hier wird an jedem Mittwoch sehr fleissig trainiert. Im Moment sind 17 Kinder im Training dabei.

Und noch ein kleiner Aufruf an alle. Schaut doch mal in ein anderes Dojo herein. Es gibt sehr viele Kurse welche von verschiedenen Vereinen angeboten werden. Nehmt die Gelegenheit wahr und schaut wie es die anderen Trainer machen. Man kann immer etwas neues sehen und lernen.

Zum Schluss habe ich noch drei kleine Geschenki für die fleissigsten Trainingsbesucher zu verteilen.

Es waren dies mit 55 besuchten Trainings Remo Zberg und mit je 44 Trainings Barbara Allenbach und Lukas Schaubert.

Herzliche Gratulation!

Vielen Dank fürs Zuhören

Der technische Leiter

Charly Allenbach, Steinhausen im Februar 2013

Rang	Name	Lektionen	in %
1	Allenbach Charly	65	79.27%
2	Zberg Remo	55	67.07%
3	Allenbach Barbara	44	53.66%
3	Schauber Lukas	44	53.66%
4	Franzen Julia	43	52.44%
4	Steiner Irene	43	52.44%
5	Lüthi Urs	38	46.34%
6	Niederhauser Anita	31	37.80%
6	Steinger Roland	31	37.80%
7	Nussbaumer Lydia	29	35.37%
7	Ott Helena	29	35.37%
8	Betschart Andrea	26	31.71%
8	Klass Jonas	26	31.71%
8	Sari Vanessa	26	31.71%
9	Düggeli Jonas	25	30.49%
10	Allenbach Marco	22	26.83%
10	Wanger Stefan	22	26.83%
11	Wicki Fredy	15	18.29%
12	Inderbitzin Alexander	14	17.07%
13	Gieger Daniel	13	15.85%
14	Huonder Thomas	11	13.41%
15	Steffen Roger	10	12.20%
16	Lüthi Elena	8	9.76%
17	Garcia Kevin	5	6.10%
17	Steiner Pascal	5	6.10%
17	Ulrich Kai	5	6.10%
18	Ettlin Liza	0	0%
18	Hermetschweiler Ruedi	0	0%
18	Müller Markus	0	0%
18	Trochsler René	0	0%
18	Uttinger Roland	0	0%

Träume

Unsere Gedanken sind eigen.
Auf eine andere Weise sieht jeder Mensch die Welt.
Unsere Wünsche, die wir oft verschweigen.
Sie erfüllen sich, wenn es uns gefällt.

Einige Menschen wissen was wir denken.
Über unsere Wünsche wissen sie Bescheid.
Mit dem Vertrauen, dass sie uns schenken
haben sie unsere Hoffnung befreit.

Egal ob heute oder in einigen Jahren
unsere Träume erfüllen sich.
Das wird jeder von uns eines Tages erfahren.
Nie verlässt die Hoffnung mich.

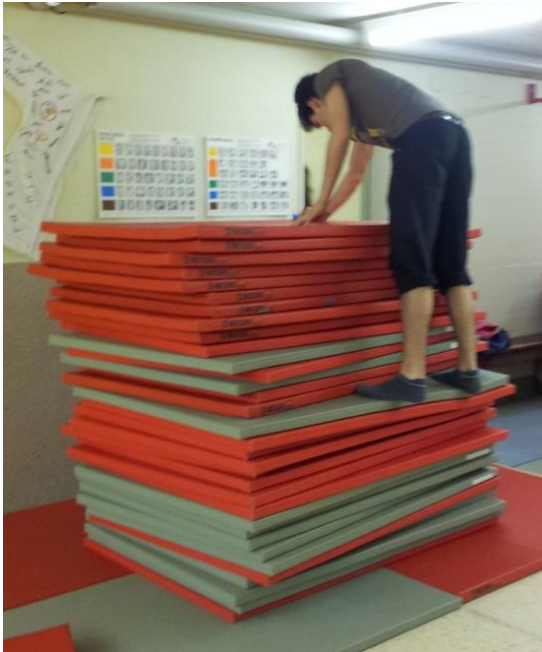
Die Welt wird für immer bestehen.
Gebe deine Träume niemals auf.
All deine Gefühle werden stets mit dir gehen.
Traum und Leben wechseln sich im Lauf.

Wenn aus einem Traum die Wirklichkeit entsteht.
Die Träume werden bewahrt.
Das Gefühl, dass besteht.
Die Welt hell erstrahlt.

Von Barbara Allenbach

Dojo Putztag

Wie jedes Jahr fand wieder der Dojo Putztag statt. Andrea hat bereits einige Tage zuvor einen Putzplan aufgestellt. Sie hat die einzelnen Arbeiten in den entsprechenden Räumen eingeteilt. Jeder Raum wurde auf den Kopf gestellt und gründlich gereinigt. Besten Dank an die fleissige Putztruppe! Die ganze Aktion könnt ihr auf den darauffolgenden Bildern betrachten.





RESTAURANT RÜTLI

Lucia und Otto Zenger-Huwiler
Ägeristrasse 58, 6300 Zug
Telefon 041-710 31 50
Telefax 041-710 31 30

ZUG



Ju-Jitsu Day 2013, vom 22. Juni in Bern

Der Ju-Jitsu Day 2013 ist Geschichte. Auch vom GO-Sen waren an diesem Samstag eine kleine Gruppe von 8 Jiukas aufgebrochen, um am 11. Jiu Day dabei zu sein.

Er wird (wie immer), bei allen Teilnehmenden in guter Erinnerung bleiben. Sie zeigten sich von der Vielfalt und Qualität der Trainings begeistert. Auch der Austragungsort in der Berner Wankdorfhalle fand grossen Anklang. Die Platzverhältnisse waren viel besser als letztes Jahr in Biel.

Nach der Eröffnung des Events durch den Ausbildungschef Andreas Santschi konnte dann (endlich) die Arbeit auf den Tatami beginnen. Es wurde wieder ein reichhaltiges und abwechslungsreiches Programm geboten.

Ein Schwergewicht lag dieses Jahr bei den Themen zur Bodenarbeit. Viele der Lehrer zeigten Ausschnitte aus ihrem Repertoire zum Bodenkampf. Bereichernd waren in diesem Zusammenhang auch die zwei Workshops „Brazilian Jiu-Jitsu“ von Gasttrainer Igor Araujo. Er und seine zwei Brazilian-Kollegen konnten auf jeden Fall unsere beiden Damen voll für den Bodenkampf begeistern.

Aber auch alle anderen hatten die Möglichkeit, ihre Lieblingsthemen aus dem Angebot von 24 verschiedenen Trainings zu wählen.

Am Schluss forderten sich die fast 300 Teilnehmenden noch während 30 Minuten im Bodenkampf.

Der nächste Ju-Jitsu Day findet am Sonntag 22. Juni 2014, wieder in Bern statt.





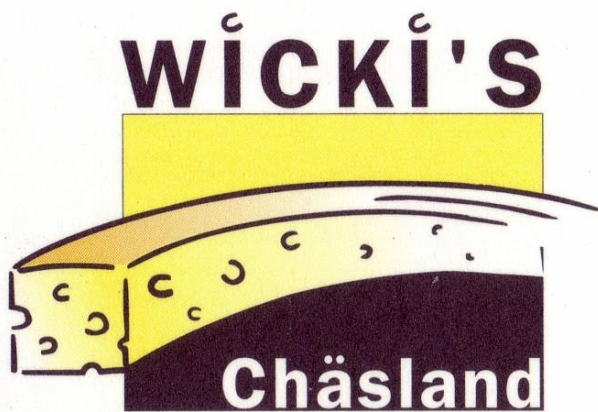
Sportsprüche

Da ich Gedichte, Zitate und Sprüche liebe, möchte ich sie gerne festhalten. Ich habe einige Sprüche passend zum Thema Sport gefunden, die ich für euch aufgeschrieben habe.

-Der große Sport fängt da an, wo er längst aufgehört hat, gesund zu sein.

-Der Sport ist ein sehr vernünftiger Versuch des modernen Zivilisationsmenschen, sich die Strapaze künstlich zu verschaffen.

-Wenn man verletzt gewinnt, steigert das natürlich den Stellenwert eines Siegers, aber Verletzungen können nicht der Preis für Erfolge sein.



Käseplatten

Milchprodukte

Früchte /Gemüse

Wein

Alice und Fredy Wicki

Neudorf-Center

Zugerstrasse 15/17

6330 Cham

Tel. 041 783 17 17

Fax 041 783 17 18

wickis@bluewin.ch

MO - DO 8.00 - 12.15

13.30 - 18.30

FREITAG 8.00 - 20.00

SAMSTAG 8.00 - 16.00

Rettet den Grillplausch !!

Gemütliches Beisammensein, interessante Gespräche, köstliche Speisen.. All dies könnte dieses Jahr in Gefahr schweben.

Ich gebe zu, diese Ansprache ist etwas dramatisch, aber dennoch wahr. Falls wir keine Organisatorin oder keinen Organisator finden, fallen all diese schönen Dinge ins Wasser. Also habt den Mut euch zu melden und einen unvergesslichen Tag zu planen. Es ist auch nicht verboten diese Arbeit zu zweit oder in einer Gruppe zu bewältigen. Den ersten Schritt möchte niemand gehen, kommen möchten nachher aber doch alle. Hier bekommt ihr eine Möglichkeit eure Kreativität walten zu lassen. Ich verspreche euch ihr werdet nicht alleine sein. Wenn erst ein geeigneter Ort reserviert ist, finden sich sicher fleissige Helfer. Nebst den Organisatoren braucht es schliesslich auch Küchenfeen. An dieser Stelle möchte ich bekannt geben, dass ich gerne eine solche Küchenfee bin.

Ich wünsche mir sehr, dass dieser Tag zu Stande kommt. Auch die nächsten Jahre sollten wir diese Tradition aufrecht erhalten. Falls sich jemand für diese Aufgabe bereit fühlt, soll er sich doch melden.



Impressum

Foto:

Marco Allenbach

Besuchen sie uns im Internet unter:

www.go-sen.ch

Preise für Inserate

¼ Seite: Fr. 100.--/Jahr

½ Seite: Fr. 150.--/Jahr

1 Seite: Fr. 250.--/Jahr

Die Inserats- Preise verstehen sich inkl. 8.0% MwSt,
gültig bis am 31. Dez. 2013