



KAIZEN

05/10

(japanisch: Veränderung zum Besseren) – aktuelle Informationen des Judo-Club Budokai Liestal

Liebe Leserinnen und Leser

Saisonstart mit sehr guten Resultaten

Die Saison hat mit spannenden Heimkämpfen der Damen und Herrenmannschaften „Judo beider Basel“ und mit dem **Schweizermeistertitel** für **Reto Dürrenberger** und **Dominik Brandt** in der Katame-no-Kata und die Silbermedaille für die Nage-no-Kata an der Schweizer **Katameisterschaft** begonnen. Ebenfalls konnten sich **Daniela Schmidhauser** und **Ursi Hammel** als Newcomerinnen in der Kime-no-Kata auf den 7.Rang und in der Katame-no-Kata auf den 10.Rang platzieren!



Clubinfo / Internes:

Aufgrund der mageren Teilnahme im letzten Jahr, haben wir uns entschlossen den Grillausflug sowie die Spiel und Spass Sonntage in diesem Jahr ausfallen zu lassen. Der Vorstand nimmt aber gerne Vorschläge und Anregungen für Aktivitäten entgegen. Damit das gesellige Vereinsleben nicht zu kurz kommt, werden im Laufe des Jahres einige **spontane Anlässe** stattfinden. Mehr auf www.budokai.ch!



Budokai Trainingsanzug

Damit sich unser Club nach aussen besser präsentieren kann, wurde beschlossen einen qualitativ hochwertigen Clubtrainer (Jacke/Hose) mit **Budokai Aufschrift** zu organisieren. Dafür konnte mit dem neu eröffneten Sport- und Trendmodeladen **Dschamp** ein neuer Partner gewonnen werden. Der Inhaber, Erik Braun, ist ehemaliger Judoka und unterstützt uns in diesem Projekt. Alle weiteren Details stehen auf beiliegendem Flyer. Eric versucht für uns zusätzlich coole Mizuno-Artikel in sein Sortiment aufzunehmen. Es lohnt sich dort vorbei zu gehen! **Nicht vergessen Eric wissen zu lassen, dass man Budokai Mitglied ist.**

Budokai Taschen und Shirts

Es hat wieder Budokai-**Sporttaschen** für Fr. 35.00 und Budokai Kinder **T-Shirts** in den Grössen 140-152 für Fr. 25.00. Verkauf bei Deinem/r TrainerIn im Dojo.



Kampftraining mit Reto Dürrenberger:

jeweils **Montags von 18.00 bis 19.30 Uhr** findet bei uns im Dojo ein spezielles Wettkampftraining mit unserem Champion **Reto Dürrenberger** statt. Dieses Training ist absolut empfehlenswert für Kinder und Jugendliche die gerne kämpfen und sich an Turnieren mit fremden Gegnern messen wollen. Judo ist vor allem auch ein Kampfsport, da zählt die Erfahrung und eine gute Vorbereitung dazu. Liebe Kinder und jugendliche Judokas, **besucht das Training** und versucht auch Judokas aus anderen Clubs für das Training zu begeistern.



Reto und Dominik sind Mitglied im Swiss Kata Team:

Unsere beiden Schweizermeister wurden in die neu gebildete Nationalmannschaft „Swiss Kata Team“ aufgenommen und vertreten die Schweiz an diversen internationalen Kata Turnieren. Ebenfalls im Team sind Reta Tschopp, Roger Bruttin und Patrick Klotz vom JJJC Pratteln. Das Swiss Kata-Team trainiert regelmässig im Budokai Dojo.



Selbstverteidigungskurs für Mädchen:

Vom 6. bis 9. April 2010 führte **Chiwith Baumberger** einen Selbstverteidigungskurs für junge Mädchen zwischen 8 und 13 Jahren durch. Chiwith brachte den 20 angemeldeten Mädchen das 1x1 der Selbstverteidigung bei. Wie immer stand ein lockerer Umgang und Spass hinter dem ernsten Thema. Ziel dieser Kurse sind, gewalttätige Übergriffe durch selbstbewusstes Auftreten abzuwenden und das gesunde Abschätzen von kritischen Situationen zu lernen. Gleichzeitig erfahren die jungen Girls wie viel Kraft sie besitzen und welche Möglichkeiten es gibt um sich im Notfall schlagkräftig zu wehren.

Vorschau:



5. Juni 2010: Freundschaftsturnier in Gelterkinden:

Wie alle Jahre wieder werden sich grosse und kleine Judokas aus den Clubs Budokai, Gelterkinden und Sissach am traditionellen Freundschaftsturnier messen. Dieses Jahr organisiert der JC Gelterkinden das Turnier. Es ist die Gelegenheit für Eltern, Götti, Freunde und Bekannte unsere jungen Judokas zu begleiten und Wettkampfatmosphäre zu schnuppern und sich unter Judo-Freunden auszutauschen. Geheimitipp: ab sofort das Wettkampftraining mit Reto besuchen und trainieren!



Samstag/Sonntag 3./4. Juli 2010 Dojo-Service und Putztag:

In diesem Jahr haben wir ein grösseres Dojo-Service-Wochenende geplant. Nach fast drei Jahren Dojo-Betrieb sind einige Anpassungen nötig. Geplant ist eine Verlängerung der Mattenfläche gegen die Spiegelwand um 14m². Bei Bedarf lassen sich dann auch Richtertische an dieser Wand einrichten, was bei kleinen Turnieren und SMM Begegnungen ein weiterer Vorteil sein wird.

Ebenfalls geplant ist das Einrichten von Bodenverankerungen für den Boxring in offizieller Wettkampfgrösse. Diese Anpassung macht unser Dojo für die Kickboxer des 1st-Choice-Gym von Beat Joos noch attraktiver.

Es gibt also einiges zu tun und es wäre schön, wenn unsere Mitglieder sich einige Stunden dafür reservieren könnten, denn gemeinsam geht alles besser. Reto wird vor den Sommerferien noch genauer informieren.



Samstag/Sonntag 19./20. März 2011: Schweizer Kata Meisterschaft

2011 wird unser Club erneut die Schweizer Kata Meisterschaft organisieren. Erstmals wird der Anlass in der Frenken Turnhalle in Liestal durchgeführt.

Wir bitten jetzt schon alle Helfer sich, diesen Termin zu reservieren!



Termine 2010 / 2011

Sa. 5. Juni 2010:
Sa/So. 3./4. Juli 2010:
Sa. 6. November 2010:
Sa/So. 19./20. März 2011:

Freundschaftsturnier in Gelterkinden
Dojo Putztag und Mattenfelderweiterung
Clubmeisterschaft
Schweizer Katameisterschaft in Liestal

Aktuelle Infos und viele Bilder gibt es auf unserer Website www.budokai.ch

Wir wünschen allen BudokaianerInnen und Freunde eine erfolgreiche Saison!
Vorstand und Trainerteam

Budokai Liestal