

keit kontrolliert auf den Rücken zu werfen. Gelingt dies, so ist der Kampf gewonnen, wie ein KO beim Boxen. Dabei ist es meist unerheblich, wie geworfen wurde und welche Technik verwendet wurde, solange der Werfende den Geworfenen dabei deutlich kontrolliert und keinen Regelverstoß begeht.

### KLEIDUNG

Traditionell tragen Judoka eine knöchellange weiße Baumwollhose (Zubon) und darüber eine halb lange weiße Jacke (Uwagi) aus Baumwolle, die durch einen farbigen Gürtel (Obi) zusammengehalten wird (Judogi).

An der Gürtelfarbe kann man den Ausbildungsstand eines Judoka erkennen. Es gibt die Schülergrade (Kyu) und Meistergrade (Dan). Jeder Anfänger beginnt mit einem weißen Gürtel und kann dann durch Prüfung den nächsthöheren Grad erlangen. Der Prüfling demonstriert dabei Fallübungen, Stand- und Bodentechniken, die nach Höhe der Graduierung immer schwieriger werden. Die Schülergrade gehen bis zum braunen Gürtel. Die Meistergrade beginnen mit dem schwarzen Gürtel.

### LEITUNG DER GRUPPEN

Alle Gruppen werden von Berthold Werth geleitet.

Quellen: [www.judobund.de](http://www.judobund.de), [www.wikipedia.de](http://www.wikipedia.de)

## Du bist kein TVE-Mitglied?

Kein Problem! Komm' einfach zum nächsten Training und mach' gleich mit.

Du darfst alle TVE-Sportangebote\* einen Monat kostenlos ausprobieren, bevor du dich für eine Mitgliedschaft im TVE entscheiden musst. In diesem Fall lass' dir vom Trainer einen Aufnahmeantrag aushändigen oder füll' den Aufnahmeantrag online aus: ([www.tve-burgaltendorf.de](http://www.tve-burgaltendorf.de), "Anmeldungen/Anträge online" > Anträge > Aufnahmeantrag Verein)

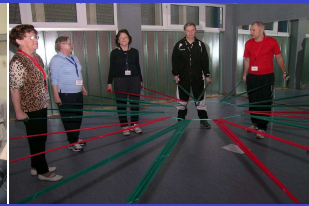
\*Anm.: Für einige Sportangebote gelten Sonderregelungen.

## Beitragsregelungen (Auszug)

Beitragsart	In welchem Fall?	Wieviel?
		<b>einmalig</b>
Aufnahmegebühr	Neumitglieder, unabhängig vom Alter	8,00 €
		<b>monatlich</b>
Vereinsbeitrag: Einzelbeiträge		
Junge-Leute-Beitrag	Mitglieder im Alter von 0 Jahren bis zum Ende des Jahres, in dem sie 25 Jahre alt geworden sind.	6,25 €
Einzelbeitrag Erwachsene ab 25 J.	Erwachsene von dem Jahr an, das dem Jahr folgt, in dem sie 25 Jahre alt geworden sind	6,75 €
Förderbeitrag	Bei Vorliegen spezieller Voraussetzungen (wie z.B. Wohnsitz außerhalb von NRW) kann vom Vorstand der "Förderbeitrag" gewährt werden.	3,50 €
Vereinsbeitrag: Familienbeitrag		
Mehrere TVE-Mitglieder in einer Familie	Voraussetzung für die Anwendung des Familienbeitrags ist die TVE-Mitgliedschaft von mindestens 2 Personen (Mann, Frau, Kind(er) unter 21 J.) aus einer Familie.	für 2 Mitglieder aus einer Familie: 11,50 €, für jedes weitere Mitglied: 3,00 € zusätzlich
Für jeden Familienangehörigen, der TVE-Mitglied werden will, ist ein separater Aufnahme-Antrag zu stellen.		
Abteilungsbeitrag (zusätzl. zum Vereinsbeitrag; Gebühren für Sichtmarken und Budopässe sind inklusive, Wettkampfgebühren u. Prüfungsgebühren exklusive):		
Judo	bis 24 J.:	9,00 €
	ab 25 J.:	10,00 €

## Judo





Vielfältiges Sportangebot für alle Altersgruppen

Freizeitaktivitäten für alle Altersgruppen

## Judo

### Gruppe 1

Jungen & Mädchen von 4 bis 10 Jahre  
mittwochs, 16.00 - 17.30 h, Turnhalle Holteyer Str.

### Gruppe 2

Jungen & Mädchen ab 10 Jahre  
mittwochs, 17.30 - 18.45 h, Turnhalle Holteyer Str.

### Gruppe 4

Jungen & Mädchen von 4 bis 10 Jahre  
freitags, 16.00 - 17.30 h, Turnhalle Holteyer Str.

### Gruppe 5

Jungen & Mädchen von 10 bis 14 Jahre  
freitags, 17.00 - 18.30 h, Turnhalle Holteyer Str.

### Gruppe 3

Judo und Fitness für Erwachsene  
mittwochs, 18.45 - 20.15 h, Turnhalle Holteyer Str.

### Gruppe 6

Judo und Fitness für Erwachsene  
freitags, 18.30 - 20.00 h, Turnhalle Holteyer Str.

## Was IST JUDO?

Judo, das heißt "sanfter Weg" und ist ein faszinierender Kampfsport, der aus Japan kommt, inzwischen aber Millionen Anhänger in aller Welt gefunden hat. Der Japaner Jigoro Kano (1860-1938) hat aus der traditionellen Selbstverteidigungstechnik die moderne Sportart Judo entwickelt. Die Anregung dazu bekam er übrigens

von einem Deutschen Professor Erich Bälz, der längere Zeit in Japan tätig war.

Judo, das bedeutet aber auch, die maximale Wirkung bei einem Minimum an Aufwand zu erzielen. Eine gleichzeitige Herausforderung für Geist und Körper. Durch das Wechselspiel zwischen Angriff und Verteidigung trägt Judo dazu bei, dass sich der Judoka zu einem harmonischen Menschen entwickelt. Damit besitzt Judo nicht nur einen hohen erzieherischen Wert, sondern bietet darüber hinaus die besten Voraussetzungen zur Entfaltung der eigenen Persönlichkeit.

Der Judosport feierte im Mutterland Japan bei den Olympischen Spielen in Tokio 1964 seine olympische Premiere und gewinnt seither durch die weltweite Publizität in vielen Ländern neue Anhänger

So auch in Deutschland: Bei uns gibt es inzwischen mehr als 240.000 Judoka, die in rund 2.700 Vereinen aktiv sind. Mehr als zwei Drittel der Mitglieder gehören noch den Jugendklassen an. Das spricht für das große Interesse an diesem Sport gerade bei Kindern und Jugendlichen.

Große und kleine Judosportler sind im Deutschen Judo-Bund (DJB) organisiert, der seinerseits Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) ist.

Deutsche Judosportler waren in den vergangenen Jahrzehnten bei Olympischen Spielen, Welt und Europameisterschaften sehr erfolgreich. Zahlreiche Medaillen und Titel sind dafür der beste Beweis. Im internationalen Ver-

gleich gehört Deutschland damit neben Japan, Frankreich, Korea und Russland zur Weltspitze.

Viele internationale und nationale Turniere bieten den männlichen und weiblichen Judo Leistungssportlern Gelegenheit zur Bestimmung ihrer Stärke im Wettkampf. Aber auch Freizeitsportlern eröffnet Judo mit einer Vielzahl von Einzel- und Mannschaftswettbewerben ein breites Betätigungsfeld.

Judo ist auch eine Schule für das Leben. Für jung und alt: Schon Kinder im Vorschulalter können durch Judo Bewegung und Spiel lernen, während gleichzeitig ihre Körperhaltung trainiert und der Gesamtorganismus gestärkt wird.

Für Kinder von 6 bis 14 Jahren leistet Judo einen wertvollen pädagogischen Beitrag, der neben Spaß und Freude auch Kooperationsbereitschaft, Verantwortlichkeit und Rücksichtnahme vermittelt.

Im Freizeitverhalten von Jugendlichen spielt der Sport eine große Rolle. Eine Alternative neben Judo als Leistungssport ist dabei die Selbstverteidigung. Der Judosport schafft die notwendigen Freiräume zur eigenen Entfaltung und zeigt den Weg zu Selbstbehauptung und Selbstvertrauen.

Der DJB gibt für Wettkämpfe Gewichtsklassen und Kampfzeiten vor. (Nähere Infos: [www.nwjjv.de](http://www.nwjjv.de))

## WETTKAMPF

Judo ist eine Zweikampf-Sportart. Ziel ist es, den Gegner durch Anwenden einer Technik mit Kraft und Schnellig-