



Was ist Judo?



In erster Linie ist Judo ein Kampfsport. Doch im Vordergrund stehen auch Koordination und Reaktion, Schnelligkeit und Ausdauer oder Beweglichkeit und Gleichgewicht. Das alles macht Judo zu einer vielseitigen Sportart. Speziell für Kinder ist es wichtig ihre motorischen Fähigkeiten zu fördern und zu verbessern. Zudem wird dabei der Körper ganzheitlich trainiert. Da im Judo gelernt wird mit möglichst wenig Kraft zum Ziel zu kommen ist dieser Sport bei Jung wie auch bei Alt sehr beliebt.

Durch einen kontrollierten Umgang mit Gewalt wird sowohl das Selbstvertrauen gestärkt als auch Stress und Aggressionen können optimal abgebaut werden. Judo hat ausserdem einen grossen sozialen Aspekt, denn auf Toleranz und Respekt wird sehr grossen Wert gelegt. Im Wettkampf und Training werden zudem Eigenschaften, wie Gewinnen und Verlieren, gegenseitiges helfen, Vertrauen oder Beharrlichkeit vermittelt, welche einen ein Leben lang begleiten werden.

Trainingszeiten

Schüler

Montag	18.30 bis 19.45 Uhr*
Dienstag	18.30 bis 19.45 Uhr
Mittwoch	18.30 bis 19.45 Uhr
Freitag	18.30 bis 19.45 Uhr*

Jugend / Junioren

Montag	20.00 bis 21.30 Uhr*
Freitag	20.00 bis 21.30 Uhr*

Erwachsene

Montag	20.00 bis 21.30 Uhr*
Mittwoch	20.00 bis 21.30 Uhr
Freitag	20.00 bis 21.30 Uhr*

* Training nach Absprache

Schnupper-Trainings

Schüler & Erwachsene sind jederzeit in den einzelnen Trainings willkommen.

Einführungskurse

Diese werden mit fixen Daten definiert und sind auf der Homepage ersichtlich.

Wettkämpfe

Einzeltourniere finden am Samstag / Sonntag statt und werden durch eine separate Ausschreibung publiziert.

Jahresbeitrag

Kinder	CHF 350.-
Erwachsene (ab 18J)	CHF 400.-
Anfängerkurs	CHF 100.-
Passivmitglieder ab	CHF 50.-

Adressen in der Übersicht

Dojo Adresse:

Oberstufenzentrum Remisberg
Rothausstrasse 14
8280 Kreuzlingen

Postadresse:

Judo-Club Kreuzlingen
Postfach 109
8280 Kreuzlingen 2

Präsident:

David Fritschy
Säntisblickstrasse 6
8558 Helsighausen

Tel. +41 79 742 76 27

E-Mail: info@judoclub-kreuzlingen.ch

Home Page: www.judoclub-kreuzlingen.ch

Vorstand / Trainer

David Fritschy

Präsident / Trainer

1. DAN Judo

Tel. +41 79 742 76 27

david.fritschy@judoclub-kreuzlingen.ch

Claudia Timogan

Vize-Präsidentin

2. Kyu Judo

Tel. +41 79 432 10 58

claudia.timogan@judoclub-kreuzlingen.ch

Peter Brozek

Aktuar

1. DAN Judo

Tel. +41 76 411 91 47

peter.brozek@judoclub-kreuzlingen.ch

Denise Christen

Kassier

Tel. +41 79 969 64 70

denise.christen@judoclub-kreuzlingen.ch

Santino Högger

Administration / Trainer

J+S Coach

1. Kyu Judo

Tel. +41 79 588 61 92

santino.hoegger@judoclub-kreuzlingen.ch

Jennifer Fritschy

Marketing / Trainerin

J+S Leiterin

1. Kyu Judo

Tel. +41 76 542 92 66

jennifer.fritschy@judoclub-kreuzlingen.ch

Der Judo-Club Kreuzlingen ist Mitglied in folgenden Verbänden:



Schweizerischen Judo & Ju-Jitsu Verband

www.siv.ch



Kantonalen Judo-Verband St. Gallen und Thurgau

www.judoverband-sg-tg.ch



Jugend und Sport

www.jugendundsport.ch



Sportnetz Kreuzlingen

www.sportnetz-kreuzlingen.ch