



Vereinsvorstellung JC DJK Essen-Frintrop 1959 e.V.



1.) Training

Unser Verein bietet hauptsächlich Judo Training an. Judo ist eine japanische Kampfsportart, die sich auf die Ausübung von Wurf- und Bodentechniken konzentriert. Judo ist nicht nur ein effektiver Selbstverteidigungsstil, sondern fördert auch körperliche Fitness, Koordination und mentale Stärke. Es wird weltweit praktiziert und ist auch eine olympische Disziplin. Die Judowerte, die im Judo vermittelt werden, wie Respekt, Höflichkeit und Bescheidenheit, machen es zu einer ganzheitlichen Sportart, die über den reinen Wettkampf hinausgeht. Dazu gehört auch die Ausübung verschiedener Kata's, eine fest vorgegebene Ausübung von Judo Techniken. Damit ist Judo auch eine Sportart für alle Altersklassen und fördert die Bewegung auch bei älteren Personen. Dafür haben wir unsere Senioren-Gruppe eingeführt, die ihr unter Punkt neun findet.

Unsere Trainingszeiten:

Dienstag:

- Kindertraining für 5-7 Jahre: 18:00 - 19:30 Uhr
- Kindertraining für die Altersklassen U11, U13, U15: 18:00 - 19:30 Uhr
- Jugend und Erwachsenen Training: 19:45 - 21:30 Uhr
- Senioren Gruppe: 19:45 - 21:30 Uhr

Donnerstag:

- Kindertraining für die Altersklassen U11, U13, U15: 18:00 - 19:30 Uhr
- Jugend und Erwachsenen Training: 19:45 - 21:30 Uhr
- Senioren Gruppe: 19:45 - 21:30 Uhr

Samstag:

- Kindertraining für die Altersklassen U11, U13, U15 ab weiß-gelben Gurt: 14:00 - 15:30 Uhr

2.) Trainer

Die meisten unserer Trainer sind durch den Deutschen Olympischen Sportbund lizenziert und haben die Trainer-C Lizenz:

- Wilfried Wittkuhn (1.Vorsitzender): Trainer-C Breiten- + Leistungssport
- Achim Klockhaus (2.Vorsitzender)
- Karsten Gust (Geschäftsführer): Trainer-C Breiten- + Leistungssport
- Lucas Wittkuhn (Sportwart): Trainer-C Breiten- + Leistungssport
- Greta Lechmann (Jugendleitung): Trainer-C
- Frank Skibbe (Trainer Senioren-Gruppe): Trainer-C
- Lucy Wittkuhn (Trainerin 5-7): Trainerassistentin

Dazu bilden sich unsere Trainerinnen und Trainer regelmäßig auf Lehrgängen fort.

3.) Kosten & Abbuchungen

Kosten:

- einmalige Aufnahmegebühr: 15,00 €
- einmalige Passgebühr: 10,00 €

- monatlicher Beitrag für Mitglieder bis 18 Jahren: 15,00 €
- monatlicher Beitrag für Mitglieder über 18 Jahren: 16,00 €
- jährlicher Beitrag für die Jahressichtmarke: 20,00 €

Sie können entscheiden, ob wir die Mitgliedskosten einmalig oder halbjährlich abbuchen sollen.

Die jährlichen Kosten werden am 01. Februar jeden Jahres abgebucht. Bei jährlicher Vorauszahlung wird der Jahresbeitrag um einen Monat verringert!

Die halbjährlichen Kosten werden am 01. Februar und am 01. August jeden Jahres abgebucht.

Sind mehrere Familienmitglieder im Verein angemeldet, so verringert sich der Monatsbeitrag jedes weiteren Familienmitglieds um 0,50 €.

Aktive Mitglieder außerhalb des Judosportes entrichten einen Beitrag von 65,00 € pro Jahr.

Hiermit können wir die allgemeine Vereinsarbeit finanzieren und euch dementsprechend die bestmögliche Vereinsarbeit liefern.

4.) Judo Pässe

Jeder Judoka/in erhält einen Judo Pass, indem sämtliche Informationen eingetragen, wie beispielsweise die verschiedenen Gürtel-Grade oder Wettkampferfolge. Außerdem enthält der Judo Pass die jährliche Jahressichtmarke, die den Versicherungsschutz des Judoka/in darstellt.

5.) Gürtel Prüfungen

Im Judo gibt es verschiedene Gürtel Stufen. Die Kyu-Grade beschreiben die Gürtel von weiß bis braun. Nach dem braunen Gurt folgt der schwarze Gurt, die Dan-Grade. Unser Verein hat ein individuell erstelltes Graduierungsprogramm und führt jährliche Gürtel Prüfungen mit lizenzierten Judo Prüfern durch. Unser Graduierungsprogramm wird ständig weiter ausgebaut und verbessert, sowie mit den zuständigen Stellen des Judos ausgetauscht und überprüft.

6.) Wettkämpfe

Im Judo finden regelmäßig Wettkämpfe statt und sind ein essenzieller Bestandteil des Judosports. Unsere Wettkämpfer/innen erkämpfen regelmäßig Medaillen auf allen Ebenen. Außerdem formt das Kämpfen den Charakter und wird jedem empfohlen. Beachtet dazu das Informationsblatt für Wettkämpfe.

7.) 5-7 Kindergruppe

Für die Altersklasse 5-7 Jahre haben wir eine Gruppe, die durch die ausgebildeten Trainerinnen Greta und Lucy trainiert werden. Hier wird spielerisch Judo und die Judowerte vermittelt. Außerdem werden die ersten motorischen und körperlichen Fähigkeiten der Kinder gefördert. In einem Kinderpass werden für jede erlernte Fähigkeit oder Judowert ein Sticker eingeklebt. Diese führen zu Waschbären Abzeichen und letztendlich zum weiß-gelben Gurt. Das macht das Training für JudoKids zusätzlich interessant.

8.) Männer Mannschaft

Seit 2021 stellt unser Verein eine Männer Mannschaft. Hierbei konnte unsere Mannschaft sich jedes Jahr eine Liga nach oben kämpfen und tritt aktuell in der Verbandsliga an. Das Kämpfen in einer Mannschaft fördert nicht nur ein Gruppengefüge im Verein, sondern ist jedes Mal ein super Erlebnis. Schaut doch gerne bei unseren Kampftagen vorbei!

9.) Senioren-Gruppe

Für unseren älteren Judoka/in haben wir eine Trainingsgruppe, die das Motto: „Bewegt älter werden“ fördert und neben Judo, auch Gymnastik und Kräftigungsübungen trainiert. Damit wird altersgerechter Sport praktiziert. Zudem werden verschiedene Kata's trainiert, womit nicht nur körperliche Aspekte, sondern auch geistige Aspekte gefördert werden.

10.) Förderung

Der Landesverband NWJV bietet verschiedene Fördermöglichkeiten für junge sowie ältere Judoka/in an. Darunter zählen diverse Lehrgänge und Randoris für alle Altersklassen. In der Jugend bietet der NWJV gute Ferienangebote für Wettkampfsportler, wie das Talentcamp oder die Sommerschule. Der Verein fördert Wettkampfsportler jeder Altersklasse und fördert die Teilnahme an diesen Möglichkeiten.

11.) Events

In dem Verein organisiert unser Jugendkomitee regelmäßige Events für alle Vereinsmitglieder. Dazu gehören Sommerfeste, Judo Safari und einige weitere großartige Veranstaltungen. Unser Jugend Komitee besteht aktuell aus jungen Judoka/in die sich darum bemühen, den Verein für jede Altersklasse attraktiv zu gestalten.

12.) Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Auf diversen öffentlichen Plattformen ist unser Verein vertreten. Hier werden alle aktuellen Berichte veröffentlicht. Dazu kommt weitere Judo Content. Folgt uns auf unseren öffentlichen Plattformen:

Webseite: <https://www.jcdjk-frintrop.de>

Facebook: https://www.facebook.com/Judoclub.djk.essen.frintrop?locale=de_DE

Instagram: <https://www.instagram.com/jc.djk.essen.frintrop/>

Unser Verein hat WhatsApp Gruppen für jede Trainingsgruppe, in denen Informationen für den Trainingsbetrieb ausgetauscht werden. Meldet euch dafür bei Lucas Wittkuhn oder schreibt ihm eine Nachricht unter 0157/75838291.

13.) Judo Materialien

Um bei einem richtigen Judo Training teilnehmen zu können, braucht jeder Judoka und jede Judokain einen Judoanzug. Der Judoanzug wird mit einem Judogürtel zu gemacht, der den Gürtel Grad des Judokas sichtbar macht. Ihr erhaltet bei uns Judoanzüge und Judogürtel, sprecht uns dafür bitte an. Zudem arbeiten wir mit unserem Partner Ippon Shop zusammen, bei dem ihr Judoanzüge, Gürtel und alle weiteren Sportsachen erhaltet. Mit dem Code: AF-Frintrop erhaltet ihr bei Ippon-Shop 10% Rabatt auf alle Sachen. Außerdem bieten wir tolle Vereinskollektionen an.

Ippon-Shop: <https://www.ippon-shop.com>

Auf den Judoanzügen können personalisierte Rückenschilder angebracht werden, auf denen der Name und der Verein des Judoka/in enthalten sind. Beachtet dazu bitte die Anleitung zur Erstellung von Rückenschildern.

My-Backnumber: <https://essen-frintrop.mybacknumber.com>

14.) Prävention sexuelle Gewalt

Das Thema „Prävention sexueller Gewalt“ ist ein wichtiges und hoch sensibles Thema. Wir als Verein bemühen uns, sexuelle Gewalt in allen Belangen vorzubeugen und vor allem Kinder vor diesem Thema zu schützen. Daher haben wir uns dafür entschieden, ein generelles Handy-Verbot in den Umkleiden, Toiletten und Duschbereichen einzuführen. Bitte haltet euch an das Verbot!

Außerdem haben wir im Verein eine männliche und eine weibliche Ansprechperson, die für Fälle der sexuellen Gewalt ausgebildet sind und ihre Hilfe anbieten:

- Oliwier Dygus
- Lucy Wittkuhn

15.) Sponsoring

Zuletzt muss unser Verein Investitionen tätigen, die über den Ausgaben einer generellen Vereinsarbeit hinausgehen. Dazu gehört unsere Männer Mannschaft oder beispielsweise die Anschaffung neuer Judo Matten. Die Tischlerei Otto Hollweg GmbH unterstützt unseren Verein schon seit einigen Jahren, wofür wir sehr dankbar sind! Schaut doch mal bei der Tischlerei Otto Hollweg GmbH vorbei. Diese bietet jegliche Arbeiten der Schreiner Tätigkeiten an, wie Reparaturen, Innenausbau oder Möbelbau.

Tischlerei Otto Hollweg: <https://www.tischlerei-hollweg.de>

Damit habt ihr einen guten Einblick über unseren Verein bekommen. Wir freuen uns auf Euch!

Der Vorstand

