



Zürcher Judo und Ju-Jitsu Verband

U15 Kader: www.zjv.ch/leistungssport/kantonalkader

Leitung:

David Sigos, david@sigos.ch

Werner Schuler, w.s1@bluewin.ch

Norbert Vetterli, norbert@vetterli.name



Uster, 03.11.2019

ZJV U15 Kader – ich bin / war dabei, weil.... ZJV U15 Kader – ich habe viel profitiert, weil....

Original-Zitate der Kids:

- + man viele andere Kids aus anderen Vereinen aus der ganzen Schweiz kennenlernt.
- + man alle diese Kids regelmässig übers ganze Jahr wieder trifft und gemeinsame Erlebnisse teilt.
- + man viele Trainingsmöglichkeiten in der ganzen Schweiz bekommt.
- + man gefordert und gefördert wird, um länger mit Freude Judo zu betreiben.
- + man wegen dieser vielen Freundinnen und Freunde auch die Angst vor Turnieren verliert.
- + man gerne kämpfen geht, weil es gar nicht so schlimm ist.
- + die Trainer doch nicht so streng sind, wie man das manchmal erzählt bekommt ;-)

Wichtige Vorteile für die Club Verantwortlichen und aktuellen Judo Trainer/innen:

- + Bietet euren U11/U13/U15 Kids kostenlos „das gewisse Extra“, damit sie weiterhin dabei bleiben!
- + Baut für später gut ausgebildete Judo Trainer/innen auf, die ein paar Jahre intensive Judo Erfahrung auf mindestens nationaler Ebene mitbringen!



Kadermitglieder 2019:

Amsler	Inga	Dobrauz-Roth	Léonard Antoine	Krayenbühl	Vincent
Bersnak	Yanis	Flum	Fabio	Kubli	Daniel
Bollier	Yannis	Frei	Allegra	Kühne	Enya
Bott	Olivia Alba	Garbarino	Nicholas	Kühne	Sandra
Brunschwig	Raoul	Graf	Lester	Mrktchgan	Edgar
Bühler	Moritz	Heiniger	Marc	Müller	Aaron
Bürer	Andrea	Hobi	Andrea	Nesterak	Tim
Canal	Christoph	Höhn	Lorena	Saxer	Cedric
Canal	Daniel	Hubacher	David	Scherz	Neil
Canal	Simon	Kaduff	Julian	Schwengeler	Fabio
Christoff	Ruben	Kamm	Levi	Tschrittler	Len
Cinagrossi	Emma	Kaufmann	Sarina	van Enschoot	Anika
Delort	Hector	Kessler	Gabor	von Stumberg	Moritz Pepe

Ein Auswahl von Aussagen von den Kids & Teens:

<p>Nico Zuffellato, Jg. 2003 JC Uster Kadermitglied 2013-2017</p>	<p>Ich war dabei um gezielt auf eine Talentcard bzw. mittelfristig auf die Aufnahme an eine Sportschule hinzuarbeiten. Im Kader wurde im Vergleich zum „normalen“ Vereinstraining die Messlatte und der Pace kontinuierlich erhöht. Die habe ich vor allem in den frühen Jahren der Kadermitgliedschaft gespürt; gegen Ende, als „Grosser“ war dann der nächste Schritt ins RLZ, als neue und wieder einige Stufen höhere Herausforderung, richtig und leistungsgerecht. Spannend und abwechslungsreich war für mich die Vielfalt des Trainerstabes, mit immer wieder neuen Ideen und Spezialitäten. Bleibend waren für mich auch die Hero-Trainings mit „jungen und alten, wettkampferprobten Kämpfern“. Die Zeit im ZJV Kader hat mir viel Selbstvertrauen, psychische und physische Stärke gegeben. Dieses fokussierte Arbeiten und Trainieren, das Durchhalten und das Nicht-Aufgeben war für mich eine wertvolle Lebensschule und hat auch meine schulische Leistung positiv unterstützt... Nicht zuletzt waren natürlich auch der Teamgeist und die Teamleistung an den Mannschaftswettkämpfen unvergesslich. Auch die Lager in Filzbach, wo wir auch neben der Matte gemeinsame Zeit verbringen konnten, waren jedes Mal eine (mindestens für uns ☺) lustige Bereicherung... Das ZJV Kader war für mich die Basis für meine momentane leistungssportliche Judokarriere zur Zeit bei den U18 und die Aufnahme an die KuSs ZO vor drei Jahren und hoffentlich die Aufnahme an die UNITED im nächsten Jahr... An dieser Stelle nochmals ein herzliches Dankeschön an das ganze Trainerteam und die Organisatoren der verschiedenen Events.</p>
<p>Noel Bruggisser, Jg. 2003 JC Uster Kadermitglied 2013-2017</p>	<p>Vom U15 Kader habe ich viel profitiert. Der Zusammenhalt war grossartig. Ich habe viel gelernt und es war ganz toll organisiert. Ich kann jedem empfehlen, bei der Auswahlprüfung mitzumachen. Man lernt viele andere Judoka aus anderen Städten kennen und die Judolager sind immer sehr interessant und fördernd gewesen. Schade, dass es dies nicht mehr für eine U18 Auswahl gibt, denn ich denke bis man 17 Jahre ist, wäre solch ein Angebot immer noch sehr gut.</p>
<p>Gianna Hobi, Jg. 2004 JJJC Ni-Honto Heiligkreuz Kadermitglied 2016-2018</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ich mehr machen wollte, als bei unserem Verein angeboten wurde • ich gespannt war, was uns da erwartet • ich viele tolle Menschen aus der ganzen Schweiz kennenlernen durfte • ich mich sportlich und menschlich weiter entwickelt habe • ich eine Sportschule besuchen konnte • ich für die Schweiz international kämpfen konnte
<p>Gian Maria Odermatt, Jg. 2004 JC Uster Kadermitglied 2014-2016</p>	<p>Ich bin nicht mehr in einem Kader. Während der Kaderzeit konnte ich viel, speziell in den Lagern in Filzbach, profitieren. Da ich mit dem Schwingen eine 2. Sportart betreibe, ist der Spagat ziemlich gross und eher nicht zu empfehlen.</p>
<p>Anika van Enschoot, Jg. 2005 Yawara Glarnerland Kadermitglied 2015-2019</p>	<p>Ich bin seit 4 Jahren im ZJV U15 Kader. Meine beiden älteren Geschwister waren auch schon im Kader und ich habe gesehen, wie erfolgreich sie waren. Da wollte ich auch mit dabei sein. In meinem Club trainiere ich immer mit den gleichen Partnern. Das ZJV hat viele Kämpfer in allen Gewicht- und Altersklassen. Vor allem auch Mädchen. Ich habe Freundinnen im Kader, die ich immer bei den Wettkämpfen und in Trainingslagern treffe. Das finde ich ganz toll. Wenn man im Judo weiterkommen möchte, ist das ZJV genau das Richtige. Ich finde auch die Mannschaftswettkämpfe schön. Wir sind ein Team und das haben wir ja sonst nicht im Judo. Das Kader ist am Anfang sehr streng, aber da gewöhnt man sich schnell dran. Ich finde es super und ich bin im nächsten Jahr wieder mit dabei.</p>
<p>Lester Graf, Jg.2005 JC Wetzikon Kadermitglied 2015-2019</p>	<p>Ich bin in 4Jahren Judo weitgekommen: dem Erlernen von Technik, Kampfstil, Kondition und meiner persönlichen Entwicklung. Ich muss nicht unbedingt gewinnen - die Nationale Ehrung bleibt auf meinem Weg in Erinnerung - aber ich muss ehrlich sein. Ich muss nicht unbedingt erfolgreich sein - doch auf jede erkämpfte Medaille bin ich stolz - aber ich muss nach dem Licht streben, das in mir ist. Ich freue mich auf die U18, wo ich im Jahr 2019 bereits geschnuppert habe.</p>
<p>Andrea Bürer, Jg. 2006 Judokwai Walenstadt Kadermitglied seit 2017</p>	<p>Ich bin sehr gerne im Kader, weil die Trainer extrem gut (fachlich wie menschlich) sind, strenge Trainings absolviert werden, ich viel lernen kann. Der Respekt untereinander ist gross, die gegenseitige Hilfe und Unterstützung auch. Ich bin mit Gleichgesinnten zusammen, denen das Judo gleich viel bedeutet, wie mir. Die Kadermitglieder sind mit Ernst bei der Sache. Ich hoffe weiterhin dabei sein zu können, weil ich Freude am Judo habe und ich im Kader die Chance habe, um weiter zu kommen. Ich profitiere von dem riesigen Wissen und Erfahrungsschatz der Trainer. Ihre Erklärungen sind praxisnahe und fundiert. Ich werde gefordert und gefördert in starkem Mass. Ich habe im Kader, trotzdem dass ich aus einer Randregion komme und der einzige aus meinen Club bin, tolle Freundschaften geschlossen. Die teils langen Anfahrtswege an Turniere und Trainings sind die Mühe wert. Meine Eltern unterstützen mich sehr, indem sie mich überall hin fahren, sich die Zeit nehmen, um an den Turnieren dabei zu sein. Ohne diese Unterstützung ginge es nicht. Finanziell ist das Kader für uns gut machbar, es fallen nur Lager- und Turnierkosten an.</p>

Andrea Hobi, Jg. 2006 JJJC Ni-Honto Heiligkreuz Kadermitglied seit 2016	<ul style="list-style-type: none"> • Ich Spass dran habe und profitieren will. • Die Trainings/Lager immer gut organisiert sind. • Ich gute Freunde gefunden habe. • Ich habe viel profitiert, weil ich immer gute Trainer und Trainingskollegen gehabt habe. • Es eine gute Lebensschule ist.
Emma Cinagrossi, Jg. 2006 JC Uster Kadermitglied seit 2017	Ich will im ZJV U15 Kader mitmachen, weil ich sehr gern kämpfe und immer besser werden will. Das Judo macht mir Spass und hilft mir dabei, mein Gleichgewicht, meine Selbstbeherrschung und Konzentration zu verbessern.
Moritz Bühler, Jg. 2008 Budokan Zürich Kadermitglied seit 2019	2019 war mein erstes Jahr im Kader - ich finde es sehr cool dabei zu sein. Am liebsten gehe ich an Wettkämpfe und probiere die neuen Würfe, die ich gelernt habe. Ich freue mich schon jetzt auf das nächste Jahr...
Neil Scherz, Jg. 2009 JJJS Gommiswald Kadermitglied seit 2019	Ich bin im Kader, weil ich da viel profitieren und mich weiterentwickeln kann. In meinem Club gibt es wenig Gleichaltrige. Vielleicht möchte ich später gerne in eine Sportschule gehen. Auch dafür hoffe ich, mir einen Grundstein legen zu können.
Léonard Dobrauz, Jg. 2009 JC Uster Kadermitglied seit 2019	Das Mitmachen im Kader ist besonders toll, weil man viele neue Kinder aus anderen Vereinen und auch neue Trainer kennen lernt und von ihnen profitieren kann. Durch intensiveres Training kann man sich stetig verbessern. Die Teilnahme an Trainingslagern bietet Chancen, selbstständig zu werden und Spass zu haben. Kurz: Die Mitgliedschaft im Kader bietet die Chance zu einer tollen Gemeinschaft, Weiterentwicklung durch intensives Training mit motivierten Kindern, eine ganze Menge Spass und das Dabeisein macht auch ein bisschen stolz :-)
Lorena Höhn, Jg. 2006 JSC O-nami Horgen Kadermitglied seit 2017	Das U15 Kader würde ich allen weiter empfehlen die Freude am Judo haben und die weiter kommen wollen. Ich persönlich finde es super wie viel man im Kader lernt, aber die schönsten Erinnerungen sind oft die, die man neben dem Training erlebt. Man lernt Leute aus der ganzen Schweiz kennen, die die gleichen Interessen haben. Ich finde es auch sehr cool, dass man bei so vielen verschiedenen Trainern Trainings hat. Vom U15 Kader kann ich sehr viel profitiere und es hat mir sehr geholfen besser zu werden. Die angenehme Atmosphäre schätze ich sehr. Obwohl die Trainings streng sind sorgen die Trainer dafür, dass der Spass nicht zu kurz kommt.
Julian Kaduff, Jg. 2008 JC Sihltal Kadermitglied seit 2019	Das Judo Kader macht mir vor allem Spass, weil ich viele neue Kinder näher kennen gelernt habe und von den älteren sehr viel Neues über Judo gelernt habe. Die Kadertrainings sind auch toll und die Judo Lager sind super cool ☺!
Ruben Christoff, Jg. 2008 JC Uster Kadermitglied seit 2018	Die Lager machen mir immer sehr viel Spass, weil ich dann meine Freunde vom Judo sehe und auch das intensive Trainieren macht mir Freude. Die Trainings sind cool und es gibt gute Laune. Man lernt viele Techniken dazu. Man lernt neue Kollegen kennen.
Gabor Kessler, Jg. 2006 JC Uster Kadermitglied seit 2019	Das Kader finde ich cool, weil ich neue Freunde kennen lerne, Erfahrung sammle und vieles Neues dazu lerne. Ich trainiere mit Judokas aus der ganzen Schweiz. Die Trainings und Lager machen Spass, weil es eine gute Abwechslung zu den normalen Clubtrainings ist.
Olivia Bott, Jg. 2006 JC Sihltal Kadermitglied seit 2016	Ich bin seit 4 Jahren im Kader dabei, da es mir Spass macht zu kämpfen und ich weiter kommen möchte. Im Kader ist es anders zu trainieren als im Club, da wir andere Trainer haben und auch andere Trainingspartner. Im Club trainiert man meistens mit den gleichen Leuten und es gibt nicht sehr viele Mädchen, im Gegensatz zum Kader: im Kader gibt es mehr Mädchen und Jungs aus der ganzen Region. Die einen vom Kader trifft man auch an den Turnieren. Die Trainingspartner können gute Freunde werden. In den Kadertrainings gibt es manchmal auch grössere bekanntere Judokas, bei denen wir ab und zu Training haben. Im Club hat man das nicht. Es gibt natürlich nicht nur Kadertrainings sondern auch Kaderweekends. Die sind zwar manchmal anstrengend aber dafür lernt man davon und es ist lustig. Durch das Kader ist es mir auch gelungen an internationale Turniere zu gehen und an einer Sportschule aufgenommen zu werden. Ich freue mich auf das nächste Kader Jahr, was aber leider schon mein letztes U15 sein wird. Es ist schade, dass es im U18 nicht so ein Angebot gibt.

Auskünfte und Rückfragen an: Norbert Vetterli, ZJV U15 Kader (norbert@vetterli.name).