



SVC-Glattbrugg

Info-Heft

2/2012

Präsident

Manuel Wyss
Wisentalstrasse 14
8634 Hombrechtikon
Tel. P: 055 244 18 66
Nat.G: 079 961 32 12

manuel.wyss@svc-g.ch

Material u. Dojo

Thomas Alder
Bodenacherring 54
8303 Bassersdorf
Tel. P: 079 437 88 35
thomas.alder@svc-g.ch

Werbung

Marianne Ruffieux
Untere Lättenstr. 7
8185 Winkel
Tel. P: 044 861 11 87
marianne.ruffieux@svc-g.ch

TA - Obmann

vakant

Aktuar

Fredy Ruffieux
Eichweid 12
8312 Winterberg
Tel. P: 052 345 31 21
fredy.ruffieux@svc-g.ch

Kassier

Hanspeter Moser
Lättenweg 8
8335 Hittnau
Tel. P: 044 950 11 29
hanspeter.moser@svc-g.ch

Sommer, Sonne, Ferien!

Ob zu Hause, auf dem Campingplatz oder im Hotel - wer freut sich nicht auf seine Ferien?

Vorher sammeln sich zwar jedes Jahr noch so verflixt viele Termine.

Selbst gemachte oder vom Geschäft, der Schule oder Familie aufs Auge bzw. in die Agenda gedrückte.

Lassen wir es doch ein bisschen langsamer angehen.

So ganz altmodisch aber bewährt; „eins ums andere“.

Am Schluss nimmt uns ja niemand die Arbeit weg, das ist doch beruhigend. Was würden wir den machen, wenn alles ohne uns erledigt würde? Hätten wir Panik und würden uns übergangen fühlen oder hätten wir die Grösse und würden uns gemütlich zurücklehnen und es sogar geniessen?

Ich wünsche allen einen schönen Sommer und viel Spass beim Lesen!

Viele Grüsse und bis in 3 Monaten,

Marianne Ruffieux



Agenda 2012

16.07.	-	17.08.12	Sommerferien
		18.08.12	Grosses Dojoputzen
25.08.	-	26.08.12	Budo-Weekend Winterthur
		8.09.12	SVC-G Fest in Glattfelden
15.09.		16.09.12	Selbstverteidigung OMC C. Braun, Bern
8.10.	-	19.10.12	Herbstferien
		1.12.12	Papiersammlung
24.12.	-	4.01.13	Weihnachtsferien

Trainingszeiten

Montag 20.00 - 21.30 Uhr Erwachsene

Mittwoch 20.00 - 21.30 Uhr Erwachsene

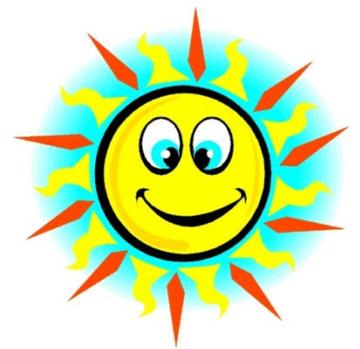
Freitag 18.00 - 19.30 Uhr Kinder/Jugendliche

Ausserordentliche, individuelle und bewilligte Trainings müssen nach Möglichkeit eine Woche im Voraus angegeben und eingeschrieben werden.

SOMMERFEST



Am 8. September
in der Jagdhütte
Glatzfelden!

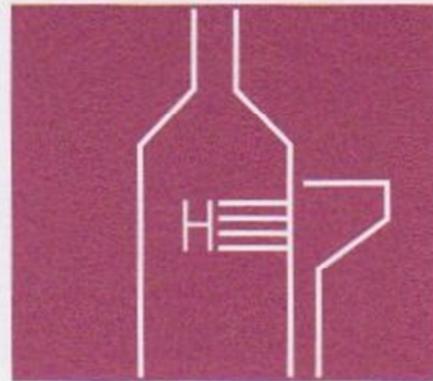


Apéro ab
11.00 Uhr!!!



HODEL WEINHANDEL

Schweizer Spezialitäten



Kathrin Hodel

Haus zur Krone
Maiackerstrasse 4
6345 Neuheim

Telefon 079 629 40 03
kathrin@hodelweinhandel.ch
www.hodelweinhandel.ch

Urs Butti

Dipl. Malermeister
Natel 079 645 10 20

Malergeschäft Butti
Eschenmosenstrasse 5
8184 Bachenbülach

butti@malerbutti.ch
www.malerbutti.ch

Butti

Hoi zäme!

Bitte haltet Euch den 18. August frei.

Wir müssen unser Dojo putzen und am Schnellsten geht das, wenn alle, auch Du hilfst! Beginnen werden wir um 9.00 Uhr und sicher gibt es am Schluss auch etwas zur Stärkung.



Im September möchten wir Personen, vielleicht auch Freunde, Kollegen von Euch, welche sich für Ju-Jitsu interessieren auf unsere Matte locken. Erwachsene können am Montag und Jugendliche ab 8 Jahren am Freitag an **Schnuppertrainings** teilnehmen. Alle, die Lust haben, sind herzlich eingeladen zum Mittrainieren! Also macht fleissig „von Mund zu Mund“ Propaganda für dieses tolle Angebot!

Gysin



柔術

Die Geschichte des Ju-Jitsu (Teil 1)

Die Quellen über die Entstehung des Ju-Jitsu (auch Jiu-Jitsu oder Ju-Jutsu) sind sehr unterschiedlich. Einzelne (offenbar vor allem japanische) Schreiber berichten, dass es Berichte gebe, in denen bereits 70 v. Chr. eine erste waffenlose Selbstverteidigungsart erwähnt sei. Andere behaupten, dass die Kampfkunst noch relativ jung sei und erst im 17. Jh. entwickelt wurde. Ebenso unterschiedlich sind die Quellen bezüglich Einflüsse: Einzelne geben an, dass der Ursprung in einer indischen Massagepraxis zu suchen sei, welche „über 100 schmerzempfindliche und lebensgefährliche Stellen am menschlichen Körper kannte und dieses Wissen in der Kunst des Yawara (oder Yaware) als eigene Kampfkunst innerhalb des Jiu Jitsu zur Anwendung brachte.“¹ Eine andere Variante – und das scheint mir die wahrscheinlichste zu sein – spricht von Techniken, welche einge-

wanderte Chinesen an japanische Samurai weitergaben. Gesichert scheint die Tatsache, dass ein deutscher Medizinprofessor maßgeblich an der Wiederaufnahme und der Verbreitung des Ju-Jitsu beteiligt war. Der folgende Text aus dem Internet² ist meiner Meinung nach eine gute Zusammenfassung über die Entwicklung in den letzten ca. 300 Jahren. Interessant scheint mir dabei die Tatsache, dass die japanische Politik eine entscheidende Rolle gespielt hat.



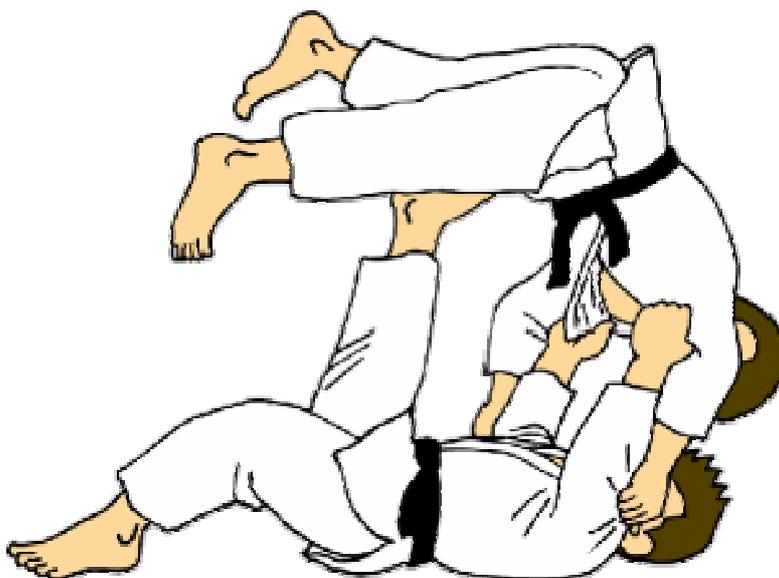
¹ http://www.takeryu.ch/wissen/JiuJitsu_Geschichte.html

² <http://www.budo-altendorf.de/Geschichte/geschichte.html>

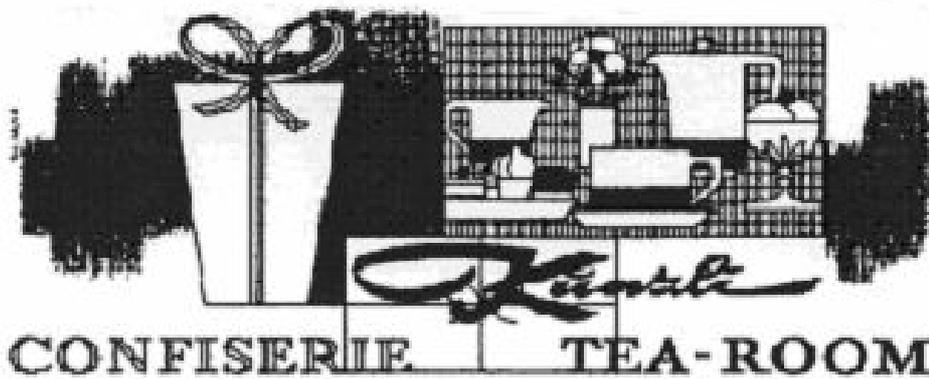
„Nach vielen Jahrhunderten Krieg in Japan wurde der **Tenno** (Kaiser), das geistige und weltliche Oberhaupt der Japaner, als Alleinherrscher abgesetzt. Eine neue Aufteilung der Macht fand statt. Der Tenno war „nur noch“ das geistige, von Gott befohlene Oberhaupt, und der Shogun war das weltliche japanische Oberhaupt. Dem **Shogun** oblag es, für Frieden nach innen und außen zu sorgen. Für 264 Jahre stellte die Togugawa-Familie die Shogune, deshalb wurde diese Zeit auch die Togugawazeit genannt.

Dass die Kampfkunst der Samurai nicht mehr aktiv fortgeführt wurde lag an eben dieser Togugawaperiode. In Japan gab es ca. 270 Jahre lang (bis Ende des 19. Jahrhunderts) keine Kriege. Dies hatte für die Adels- und Kriegerkaste, den Samurai, verheerende Folgen. Die Krieger und ihre Kampfkünste wurden nicht mehr benötigt. Ihr Reichtum und Wohlstand kam durch die geführten Kriege, und die gab es ja nicht mehr. Der Reichtum schwand, somit auch der Wohlstand und die Samurai mussten Kredit von der niedrigsten aller Kasten, den Kaufleuten, erfragen. Dies führte dazu, dass die Kaufleute immer mehr Macht bekamen. Da Japan von der Aussenwelt abgeschnitten war, hatte sich kein natürlicher Wettbewerb für die Kaufleute gebildet. Aus diesem Grund konnten die Kaufleute Preise und Konditionen bestimmen und ihre Macht wurde immer grösser. Die Samurais der Adels- und Kriegerkaste waren nun Bittsteller für Kredite und mussten sogar alte verbrieft Rechte verkaufen, z.B. das Recht des Schwertragens.

1867 dankte der letzte Togugawa-Shogun ab und übergab die weltliche Macht an den jungen, progressiven und westlich orientierten Tenno Mutsuhito. Er führte viele Änderungen ein, so z.B. die Aufhebung der Besitztümer der Samurai und Einführung der Wehrpflicht für alle. Eine



sehr unpopuläre Entscheidung, da nun jeder „Tölpel“ die Kriegskunst erlernen durfte. Weiterhin öffnete er Japan für die westliche Welt. Die Kaiserliche Universität in Tokio holte ausländische Professoren ins Land, die alles über die „Welt da draussen“ zu lehrten.



8152 Glattbrugg
Tel. 044 810 63 54

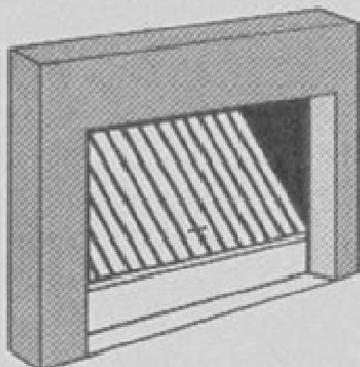


garageleu

8152 glattbrugg schaffhauserstr. 94
tel. 044-810 61 32 fax: 044-810 71 60

www.garageleu.ch
info@garageleu.ch

ZUBER TOR-REPARATUREN



**INHABER B. RHYNER
SCHULSTRASSE 20
8153 RÜMLANG**

**TEL/FAX 044 817 05 50
NATEL 079 642 82 94**

- Tor-Reparaturen
- Torautomatisierungen
- Funkfernsteuerungen

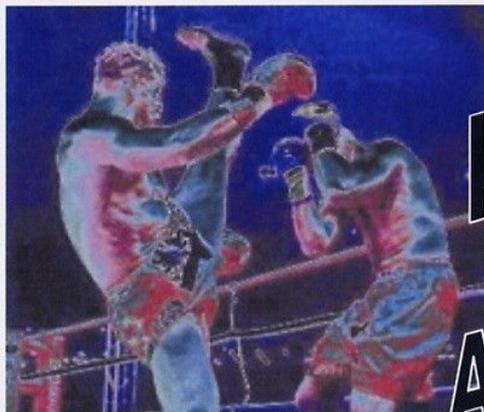
furrer treuhand

Sie... ...erwarten hohe Qualität der Arbeit
...fordern eine rasche Erledigung
...suchen kompetente Treuhandberatung

Ich... ...unterstütze Sie bei der Firmengründung
...erledige Ihre Buchhaltung termingerecht
...übernehme das Mandat als Revisionsstelle

Wer...	Furrer Treuhand	Mario Furrer
	Postfach 265	Revisionsexperte
	8165 Schleinikon	dipl. Treuhandexperte
	044 811 52 30	

furrer.treuhand@bluewin.ch



KICKBOXEN *jetzt* Anfängerkurse *in Glattbrugg*

Lust auf gute Fitness, Beweglichkeit und Selbstsicherheit?
Kampfsportschule

All Style Fighting Zürich

mit 30 Jahren Erfahrung

Training jeweils DI, DO und FR von 19.00 bis 20.30 Uhr.
Auch Ladys sind herzlich eingeladen, beim Schnuppertraining
mit zu trainieren.

Dojo an der Fabrikstrasse 25 in Glattbrugg
Georges Nikiteas 079 4008656 oder www.all-style-fighting.ch



WIR SETZEN DIE
PFLANZLICHEN MITTEL BESSER
MAL AB UND ICH VERSCHREIB
IHNEN WAS ANDERES...



UND WAS HAT
DER OBERARZT
GESAGT?

ICH SOLL MIR SCHON MAL
ÜBERLEGEN, WAS ICH FÜR
DEINEN PORSCHE HABEN
WILL, ER HÄTTE
INTERESSE...



Hotel *Land*hus Zürich Seebach

Hotel – Restaurant - Kongresszentrum - Saal - 6 Bowlingbahnen



Restaurant, und Hotel Nichtraucher

Kostenlos! WLAN ist im gesamten Hotel und Restaurant nutzbar.

Das Restaurant des Hotel Landhus serviert Ihnen mediterrane orientierte Küche

Genießen Sie das reichhaltige Frühstück jeden Morgen auch für nicht Hotelgäste.

Im Landhus bieten wir Ihnen ein elegantes Dach für Anlässe jeder Art.

- ▶ Restaurant méditerrané
- ▶ 2 grosse Gartenterrassen
- ▶ Wintergarten
- ▶ Bankett- und Seminarräume, Festsaal
- ▶ 28 Wohlfühl-Hotelzimmer
- ▶ 6 topmoderne Bowlingbahnen

Ob fröhliches Familienfest, gesellige Vereinsveranstaltung, unvergessliche Hochzeiten oder Konferenzen und Tagungen, in unseren attraktiven Räumen, für 10 bis 300 Personen, werden Sie und Ihre Gäste sich wohl fühlen. Gastfreundschaft rund um die Uhr - 7 Tage pro Woche geöffnet.

Maria-C. Lareo und Ihr Team freuen sich auf Ihr Kommen.

Hotel-Restaurant Landhus

Katzenbachstrasse 10, 8052 Zürich

Tel.: 044 308 34 00

www.landhus-zuerich.ch / info@landhus-zuerich.ch



Altpapier... bitte gebündelt im Dojo abgeben.
Unsere nächste Papiersammlung:
1. Dezember 2012

www.RadioTVHagmann.ch

Radio TV Geschäft mit Online-Shop

**Flughofstrasse 39 , 8152 Glattbrugg
Telefon 044 / 810 07 61, Fax 044 / 810 82 77**

FROHSINN

Restaurant Hotel Fam. Grimm-Lanz Wallisellerstrasse 74
8152 Opfikon Tel 044 810 61 62 Fax 044 811 22 24
www.hotel-frohsinn.ch



Karatetraining mit Enzo Chierici 5. Dan



Am 18. Juni führte uns Enzo Chierici durch eine Karatektion. Zuerst erläuterte er uns die Philosophie dieses Sportes und seinen eigenen Werdegang. Bevor er uns in einem zügigen Aufwärmen ins Schwitzen brachte.





Karate – Weg der leeren /nackten Hand.

- wie man diese einsetzt
- worin die Kraft steckt oder stecken bleibt
- welche Energie wir freisetzen können



Unter Enzos kundiger Anleitung versuchten wir uns ebenso zielorientiert zu bewegen. Entspannen - Spannen - Entspannen und das noch mit der richtigen Atemtechnik ist gar nicht so einfach.

Sein Leitspruch trifft auf vieles im Leben zu - anwenden was einem liegt und vergessen was nicht passt. Jeder hat von der Körpergrösse, Beweglichkeit, Schnelligkeit, Konzentration her andere Stärken und kann lernen diese gezielt einzusetzen und auszunützen.



Gerne hätten wir an diesem Abend noch mehr Schlagtechniken ausgeübt. Kata Formen und Schattenboxen wie im Karate kennt man im Jiu nicht, da wir in der Regel mit dem Partner zusammen trainieren. Sicher nehmen wir einige von Enzos Anregungen mit ins nächste Ju-Jitsu Training.



Bei Würfen nie vergessen - Kopf einziehen wie eine Schildkröte.

Die Hand des Angreifers fassen und mit der zweiten Hand Platz schaffen.



Mit Hüftwurf zu Boden werfen.

Hauslieferdienst



K. Schärer Getränke AG

Telefon 044/810 79 43

Telefax 044/811 14 58

Oberhauserstrasse 129

CH-8152 Glattbrugg ZH

Natel 079/209 51 16

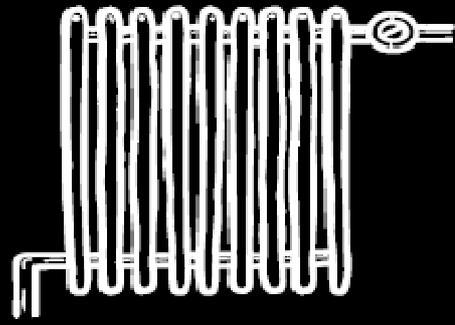


**”Wänn
händ Sie
Ihre
Boilers
lescht Mal
entkalkt?”**

**spenglerei
heizung
sanitär**

hitzel

glattbrugg 044-874 44 44, zürich 044-241 73 84



**Keep cool ...
... nicht bei uns!**

**spenglerei
heizung
sanitär**

hitzel

glattbrugg 044-874 44 44, zürich 044-241 73 84

optik b&m

brillen und kontaktlinsen

Schaffhauserstrasse 117
8152 Glattbrugg
Tel.044 /810 95 45

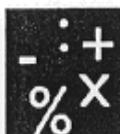
Marcel Weishäupl
Dipl. Augenoptiker SHFA

Öffnungszeiten: Montag ab 14.00 Dienstag - Freitag 9.00 - 12.00 14.00 - 18.30
Samstags durchgehend



- *Party-Service
- *Festbelieferungen
- *Take-Away
- *Traiteur

Franz Arnold
Schaffhauserstrasse 50 Tel. 044 / 810 63 16
8152 Glattbrugg
www.metzgereiarnold.ch info@metzgereiarnold.ch

Roger Ruffieux  Treuhand

Buchhalter mit Eidg. Fachausweis

Ihr kompetenter Partner für
Buchführung und Abschluss, Steuern, Revision,
Firmengründungen und Verwaltungen

Feldstrasse 82, 8180 Bülach
Tel. 044 / 860 95 41 - Fax 044 / 860 95 42
www.ruffieux-treuhand.ch, E-mail: ruffieux@ruffieux-treuhand.ch

Lesenden seitens



Frau am Telefon: Sie, Herr Doktor mein Mann ist ganz BLAU angelaufen! Doktor : Setzen SIE ihm eine weisse Mütze auf ,dann haben sie einen Schlumpf!

Frau: "Herr Doktor, mein Junge hat einen Pingpong Ball verschluckt!" Doktor: Da können sie aber froh sein, dass er nicht Bowling spielt!

Arzt: "Haben Sie meinen Rat befolgt und bei geöffnetem Fenster geschlafen?" Patient: " Ja." Arzt: "Und, ist Ihr Asthma verschwunden?" Patient: "Nein, das Asthma nicht. Aber meine Uhr, mein Handy und der Schmuck meiner Frau."



Ein Gast winkt den Kellner zu sich: "Probieren sie mal die Erbsensuppe!" "Ist etwas nicht okay?" "Nein, probieren sie jetzt!" entgegnet der Gast. "Sie können sofort eine neue haben." Der Gast meint energisch: "Probieren sie jetzt!" Der Kellner gibt nach und setzt sich. Er schaut sich suchend um und fragt: „Wo ist den der Löffel?“ "Eben", erwidert der Gast.

Lösung: Kreuzworträtsel	
1. Manu Wyss	7. Stirnmitte
2. Dojo	8. Tori
3. Tatami	9. Uke
4. SJV	10. Kimono
5. Migi	11. Sanfte Kunst
6. Hidari	12. Kiai

Viel Spass Angélique! ☺

Ju-Jitsu: Selbstverteidigung

Eine Blaugurt- Prüfung ist sehr umfangreich. Dominik hatte schon lange dem Wunsch sich dieser Prüfung zu stellen. Jetzt war er soweit! Zuerst zeigte er die acht Bodentechniken der Kimeno-Kata. Danach folgten drei Serien des Duosystems, diesen Teil des Programms führte er mit Marianne Ruffieux als Uke vor. Die anderen Teile des Prüfungsprogramms demonstrierte er mit Miguel Marques als Uke. Dieser forderte Dominik in jeder Weise; so, dass sich dieser von seiner stärksten Seite zeigte. Die Experten waren entsprechend zufrieden mit seinen vielseitigen Techniken. Er wehrte die Attacken seines Ukes effizient ab. Ob Angriffe auf das Handgelenk, Revers, Haare, Würger, Umklammerung, mit Fäusten, Füßen oder Waffen, alle blockte Dominik souverän ab. Mit sauberen Kontertechniken brachte er seinen Gegner im Stand oder am Boden unter Kontrolle. Am Schluss forderten ihn seine beiden Ukes noch zu einem Randori heraus. Hier konnte Dominik noch einmal seine Stärken voll zur Geltung bringen – war aber dann auch froh, als seine Experten dieses beendeten. Nach 2 Stunden vollem Einsatz auf der Matte wurde ihm sein neuer Gurt umgebunden. Wie es der Brauch ist, wurde dieser von seinen Partnern, sogleich mit einem Wurf eingeweiht. Bravo Dominik!

Herzliche Gratulation zur bestanden Prüfung!

Austritte:

Erwachsene:

Sabrina Pellizari

Alessandro Liano dos Santos

Alles Gute für die Zukunft!

Graduierungen:

Domink Hack

2. Kyu

Herzliche Gratulation zur bestandenen Prüfung!





<u>Impressum</u>			
Herausgeber:	SVC-G Glattbrugg Postfach 8152 Glattbrugg	Erscheint:	4x im Jahr als Mitteilungsblatt ca. Ende März, Juni, September, Dezember
Redaktion:	Marianne Ruffieux Untere Lättenstr. 7 8185 Winkel 044 861 11 87 info-heft@svc-g.ch	Jugendseite:	Angélique Rouiller Giebeleichstrasse 44 8152 Glattbrugg
		Einsendeschluss:	jeweils der 15. des Erscheinungsmonats
Druck:	Ruedi Gysin AG Schaffhauserstr.119 8152 Glattbrugg	Abonnement:	Gratis- Clubinformation für alle Mitglieder, Gönner und Inserenten

Unsere Trainerinnen und Trainer

Knecht Peter
Höhenstr. 60 8304 Wallisellen Tel. P. 044 831 27 30
Tel. G. 052 355 21 16

Mordasini Karin
Rotenbrunnenstr. 48 8405 Winterthur Tel. P. 052 232 11 12

Moser Hanspeter
Lättenweg 8 8335 Hittnau Tel. P. 044 950 11 29

Rouiller Joël
Steinackerstr. 3 8152 Glattbrugg Tel. P. 044 811 29 82

Ruffieux Marianne
Untere Lättenstr. 7 8185 Winkel Tel. P. 044 861 11 87

Schättin Stefan
Talweg 109c 8610 Uster Tel. P. 044 942 20 78
Nat. P. 079 659 79 67

Wyss Manuel
Wisentalstr.14 8634 Hombrechtikon Tel. P. 055 244 18 66
Nat.G. 079 961 32 12



Erscheint:
1/4 jährlich
als Mitteilungsblatt

Selbstverteidigungs-Club Glattbrugg

gegründet 17. August 1971

Dojo
Fabrikstrasse 25
8152 Glattbrugg

Postadresse
Postfach
8152 Glattbrugg

Telefon 079 587 94 71
www.svc-g.ch

Bankverbindung ZKB 1138-0693.811 Filiale Glattbrugg

Vielseitig
engagiert beim
Sport.

www.zkb.ch

Die nahe Bank



Zürcher
Kantonalbank