



**SVC-Glattbrugg**

**Info-Heft**

**2/2015**

## **Präsident**

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

[manuel.wyss@svc-g.ch](mailto:manuel.wyss@svc-g.ch)

## **Material u. Dojo**

vakant

## **Werbung**

Marianne Ruffieux  
Untere Lättenstrasse 7  
8185 Winkel  
Tel. P: 044 861 11 87  
Nat. P: 079 395 86 13

[marianne.ruffieux@svc-g.ch](mailto:marianne.ruffieux@svc-g.ch)

## **Kassier**

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

[hanspeter.moser@svc-g.ch](mailto:hanspeter.moser@svc-g.ch)

## **Aktuar**

Stefan Bauer  
Zentralstrasse 4  
8953 Dietikon  
Nat. P: 079 786 79 47

[stefan.bauer@svc-g.ch](mailto:stefan.bauer@svc-g.ch)

## **TA – Obmann** ad interim

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

[stefan.schättin@svc-g.ch](mailto:stefan.schättin@svc-g.ch)

Hallo zusammen!

Mir fiel letzthin ein kleiner Spruch ins Auge.

Das *Gestern* ist Geschichte,

das *Morgen* ist ein Rätsel,

das *Heute* ein Geschenk!



Lassen wir uns doch überraschen, was uns jeder neue Tag bringt. Etwas zum Schmunzeln, zum Lachen und auf jeden Fall etwas Neues. Nehmt Euch das Schöne und lasst die Anderen sich ärgern.

Ich wünsche allen Lesern eine schöne Sommerzeit, bis zum nächsten Info-Heft!

Herzliche Grüsse,  
Marianne Ruffieux



# Agenda 2015

- 9.07. - 10.07.15 Techn. Jiu Kurs Wollerau  
**11.07.15 Papiersammlung**  
13.07. - 14.08.15 Sommerferien  
29.08.15 Kata-Kurs Zürich  
29.08.15 Ju-Jitsu als Abschluss Wädenswil  
**5.09.15 Clubausflug auf den Bachtel**  
26.09.15 Wettkampf für Einsteiger Weinfelden  
3.10.15 Grundtech. Ne-Waza Cham  
10.10. - 21.10.15 Herbstferien  
12.09.15 Techn. Jiu Kurs Reinach  
**19.12.15 Papiersammlung**  
21.12. - 01.01.16 Weihnachtsferien

## ***Ihr wollt unser Dojo mieten?***

Kein Problem! Ausserhalb unserer Trainingszeiten kann man es für Kampfsport, Selbstverteidigung, Turnen, Yoga, Geburtstagsfeste usw. mieten. Je nach Anlass, das ganze Dojo oder nur den Aufenthaltsraum.

Für weitere Informationen wendet Ihr euch am besten an den Vorstand.

## **Trainingszeiten**

Montag	20.00 - 21.30	Uhr	Erwachsene
Mittwoch	20.00 - 21.30	Uhr	Erwachsene
Freitag	18.00 - 19.30	Uhr	Kinder

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

## Liebes Clubmitglied / liebe Clubmitglieder,

Dieses Jahr wandert der JJJC-Rappi-Jona mit seinem Partnerclub SVC-Glattbrugg von Girenbad bis zum Bacht-Kulm. Dort werden wir miteinander grillen, reden, rumhängen, spielen..... und miteinander wieder zurückwandern.

**Datum:** Samstag 5. September (Verschiebedatum 19.9.15)  
**An- u. Rückreise:** individuell  
**Treffpunkt:** Parkplatz Girenbad (Hinwil),  
Kreuzung Berneggstrasse - Höhenstrasse  
**Zeit:** 10.10 Uhr  
**nächste Bushaltestelle:** Hinwil Langmatt, Bus 875 /Ankunft 10.06 Uhr  
**Wanderzeit:** Girenbad bis Bachtelturm ca. 50 Minuten  
**Rückreise:** offen

### Ausrüstung:

wandertaugliche Schuhe, Grillade – PickNick, Getränkeflasche, Rucksack, Spiele, ein Stück Holz (wir nehmen Grillzange und was zum Anfeuern mit)

Deine / eure Eltern, Geschwister, auch Freund oder Freundin sind ebenfalls herzlich willkommen. Jugendliche unter 14 Jahren sind in Begleitung einer erwachsenen Person.



**Anmeldung, bis spätestens 20. August** an untenstehende Adresse (mit Angabe von ..ich komme am 5. & 19. Sept, oder nur am.... und Anzahl Personen)

(ich melde mich bei allen Angemeldeten zwei Tage im Voraus, ob der Anlass stattfindet oder verschoben wird)

In der Zwischenzeit wünschen wir dir / euch einen tollen warmen Sommer.  
Mit sportlichen Grüssen

Petra Wyss-Walder

Manuel Wyss

Anmeldung:

[petra.wyss@jjjc-rappi-jona.ch](mailto:petra.wyss@jjjc-rappi-jona.ch)

[manuel.wyss@svc-g.ch](mailto:manuel.wyss@svc-g.ch)

---

## ***Ne-Waza-Training mit Andreas Wisler***

Wir waren gespannt auf das Training mit Andreas. Ne-Waza, was ist das? Die meisten hatten keine Erfahrung mit der neuen Wettkampf – Disziplin des SJV. Die Kämpfe beginnen im Stand. Mit Würfen, verschiedenen Bodentechniken und Festhalten versucht man zu punk-

ten. Nach einem intensiven Aufwärmen pro-

bierten wir die ersten

Techniken mit unseren Partnern aus.

Wie konnte sich Andreas schon wieder

rausdrehen? Wie

wechselt man von einer Position zur anderen

ohne dem Partner/Gegner zu viel Frei-

raum zu geben?



Ziel bei diesem Bodenkampf ist es nicht, den Gegner auf dem Boden statisch festzuhalten (im Unterschied zum Fighting-System und Judo). Vielmehr soll gearbeitet werden, denn es gibt Punkte für das Tun, nicht für das Verharren.



Uns ging es an diesem Abend noch nicht ums Punkte sammeln sondern mehr ums ausprobieren. Die Ne-Waza-System-Regeln bekamen wir am Schluss noch auf Papier, zum Nachlesen.



Die Zeit verflieg leider viel zu schnell! Andreas leitete uns durch ein super Training. Er hätte sicher viele weitere Techniken aufzeigen können. Wir versuchen jetzt, die erlernten im Bodenrandori einzusetzen und umzusetzen.

Vielen Dank, Andreas, es war ein interessantes und intensives Training!



# 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 Carmen Carral und Ihr Team freuen sich auf Ihr Kommen.

## **Hotel-Restaurant Landhus**

Katzenbachstrasse 10, 8052 Zürich

Tel.: 044 308 34 00

[www.landhus-zuerich.ch](http://www.landhus-zuerich.ch) / [info@landhus-zuerich.ch](mailto:info@landhus-zuerich.ch)



# BLUMEN REMUND

ARRANGEMENTS, BLUMEN, GESTECKE,  
TRAUERBINDEREI UND KRÄNZE

LIEFERUNGEN INNERT 24 STUNDEN

BAHNHOFPLATZ 2,  
MITTEN IM ZENTRUM  
8304 WALLISELLEN

TEL. 044 830 23 32

FAX. 044 831 00 45

MAIL@BLUMEN-REMUND.CH



# FROHSINN

Restaurant Hotel Fam. Grimm-Lanz Wallisellerstrasse 74  
8152 Opfikon Tel 044 810 61 62 Fax 044 811 22 24  
[www.hotel-frohsinn.ch](http://www.hotel-frohsinn.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](http://www.ruffieux-treuhand.ch), E-mail: [ruffieux@ruffieux-treuhand.ch](mailto:ruffieux@ruffieux-treuhand.ch)



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

## Metzgerei Arnold AG

Schaffhauserstrasse 50  
8152 Glattbrugg

[www.metzgereiarnold.ch](http://www.metzgereiarnold.ch)

Tel. 044 / 810 63 16

[info@metzgereiarnold.ch](mailto:info@metzgereiarnold.ch)

# furrer treuhand

<b>Sie...</b>	...erwarten hohe Qualität der Arbeit ...fordern eine rasche Erledigung ...suchen kompetente Treuhandberatung		
<b>Ich...</b>	...unterstütze Sie bei der Firmengründung ...erledige Ihre Buchhaltung termingerecht ...übernehme das Mandat als Revisionsstelle		
<b>Wer...</b>	<table><tr><td>Furrer Treuhand Hinterdorfweg 7 8165 Schleinikon 044 811 52 30 furrer.treuhand@bluewin.ch</td><td>Mario Furrer Revisionsexperte dipl. Treuhandexperte</td></tr></table>	Furrer Treuhand Hinterdorfweg 7 8165 Schleinikon 044 811 52 30 furrer.treuhand@bluewin.ch	Mario Furrer Revisionsexperte dipl. Treuhandexperte
Furrer Treuhand Hinterdorfweg 7 8165 Schleinikon 044 811 52 30 furrer.treuhand@bluewin.ch	Mario Furrer Revisionsexperte dipl. Treuhandexperte		

## SCHÄRER & PARTNER Getränke GmbH

Schärer & Partner  
Oberhauserstrasse 129  
CH-8152 Glattbrugg ZH

Telefon 044/810 79 43  
Telefax 044/811 14 58  
Natel 079/209 51 16

E-Mail: [schaerer-getraenke@bluewin.ch](mailto:schaerer-getraenke@bluewin.ch)  
[www.schaerer-getraenke.ch](http://www.schaerer-getraenke.ch)

## Voller Einsatz am Dojo-Tag!!!

Ohne Dojo-Verantwortlichen bleibt so manches liegen. Dies und jenes sollte **man** machen. Darum erklärten wir den 30. Mai zum Dojotag. Unser Aufruf wurde erhört und zahlreiche SVC-G-ler opfer-ten einen Samstag für diverse Unterhaltsar-beiten. In der Herrendusche erneuerten un- sere jungen Handwerker die Fugen an der

Decke. Sau- bere Arbeit, Kompliment!

Hanspeter verstärkte die Halte- rung unse- rer Bänke in den Gar- deroben.



Nicht das einer statt auf der Bank auf dem Boden sitzt.



Auf der Hinterseite verschwand das alte Valentinsgraffiti unter der neuen Farbe von unserem Inserenten Urs Butti Bachenbülach.

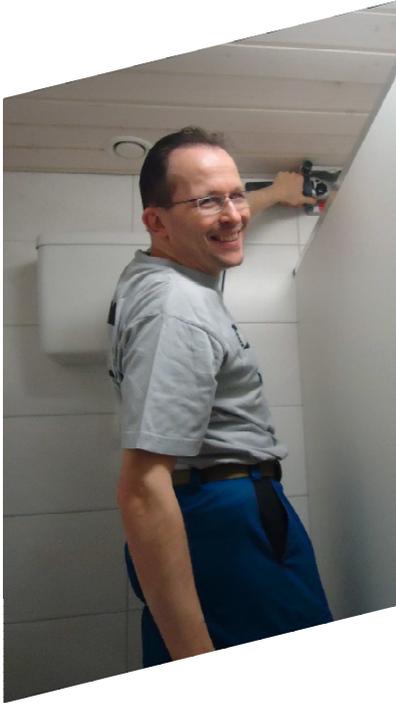


Unter Papierbeschuss reparierten  
Manu und Stefan den Türrahmen unse-  
rer Heizung. Da eine saubere Abwehr  
machen und dazu Zement verstre-  
ichen und mit Schrauben si-  
chern. Das muss ein Jiuka sein. 😏  
Jetzt geht das Öffnen und  
Schliessen wieder mit einer Hand.

Beim Dojo putzen müssen natür-  
lich auch die grossen Fenster im  
Übungsraum gereingt werden.  
Thomas und Dominik sind erfah-  
rene Fensterputzer.



Nastasia und Annika unterstützten sie da-  
bei. Während Dominik frisches Wasser holt  
halten die zwei Ladys das Fenster bis es wie-  
der angeschraubt ist.



Joël war der erste Zuschneider! Zuerst am Täfer im WC und dann mit grosser Geduld beim Ausschneiden unseres Logos zusammen mit Angélique.



Annika organisierte alles was rund ums Putzen gebraucht wurde und stärkte uns mit Spaghetti, Saucen, Salat und Glace zum Dessert. Dank Stefan gab es noch einen guten Kaffee dazu. Frisch gestärkt arbeiteten wir weiter.





Bevor sich neue Graffiti-Künstler auf unserer Wand verwirklichen.....üben wir diese Kunst einmal selber aus.



Malerklebeband hält unsere Vorlage fest. Damit die unzähligen Details an der Wand anliegen werden sie mit Holzstücken zusätzlich fixiert.



Jetzt wächst die Spannung!  
Wie sieht unser Logo aus?



Super!  
Unsere gratis Werbewand an der Neugutstrasse.



An diesem Samstag haben wir viel erledigt. Wir haben super zusammen gearbeitet und das gutgelaunt. Wir sind doch einfach Spitze!!!  
Danke für den tollen Arbeitseinsatz!



Endlich Feuerabend.

**Eduard Meier Plattenbeläge AG 8180 Bülach**



Fachbetrieb für  
Keramische Wand- und Bodenbeläge  
Natursteinverlegearbeiten  
Cheminéeöfen  
Cheminéeanlagen  
Kaminanlagen und Kachelofenbau

[www.meier-plattenbelaege.ch](http://www.meier-plattenbelaege.ch)



wir kämpfen für niedrige verbrauchskosten ihrer..

# energie

hitzel  
haustechnik

..und pikett-service 24h 044 874 44 44



**"Sehen Sie ruhig nach, wenn Sie's nicht glauben!"**



Gysin



Altpapier... bitte gebündelt im Dojo  
abgeben.  
Unsere nächsten Papiersammlungen:

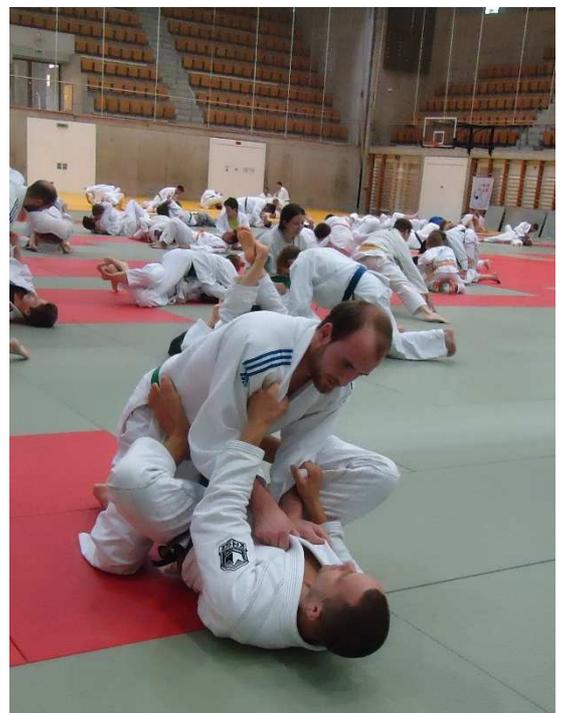
**11. Juli und 19. Dezember 2015**

# Ju-Jitsu-Day in Bern

Zu viert fuhren wir mit Chauffeur Thomas nach Bern. Offen für die verschiedenen Lektionen, welche uns geboten wurden. Messerabwehren, Strassenkampf, Schlag- und Wurftechniken, Ju-Jitsu mit Stil und Brazilian Ju-Jitsu erprobten wir. Die Organisation war sehr gut. Nach einem stärkenden Mittagessen waren wir fit für den Nachmittag. Obwohl theoretische Weiterbildung geboten wurde, zog es uns wieder auf die Matte. Dort wurden wir vom Nati-Kader aufgewärmt. Die jungen Sportler brachten uns mit



spielerischen Varianten schnell in Schwung. Als letzter Höhepunkt auf dem Programm stand ein allgemeines Randori. Je nach Partner intensiver oder schonender. Thomas hier zur Abwechslung mit einem Gegner in



gleicher Grösse. Dario konnte mit einem

Bazilian-Experten das gelernte gleich austesten.



Miguel hat seine Gegnerin sicher im Festhalter. Alle konnten profitieren und wir werden es auf unserer Matte ausprobieren und den *Daheimgebliebenen* vorzeigen.

**SIEMA  
STOREN** Garbit

Fabrikstrasse 31  
8152 Glattbrugg

Telefon: 044 302 08 88  
Fax: 044 302 08 93  
Natel: 079 474 90 39  
E-Mail: [info@siemastoren.ch](mailto:info@siemastoren.ch)  
[www.siemastoren.ch](http://www.siemastoren.ch)



**garageleu**

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

[www.garageleu.ch](http://www.garageleu.ch)  
[info@garageleu.ch](mailto:info@garageleu.ch)

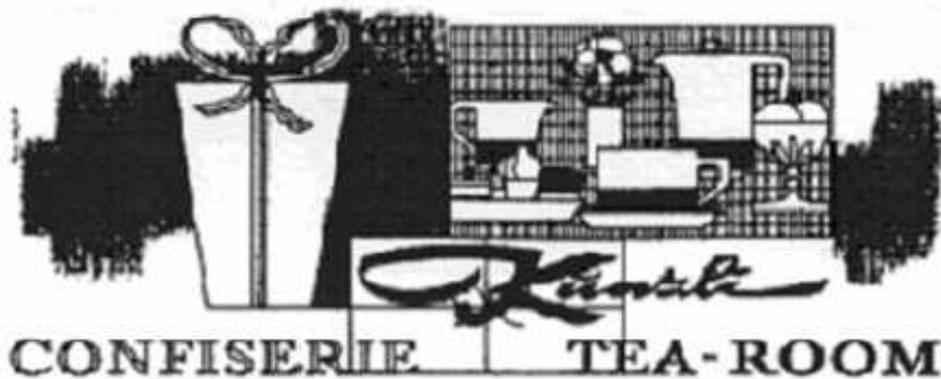
**Urs Butti**

Dipl. Malermeister  
Natel 079 645 10 20

Malergeschäft Butti  
Eschenmosenstrasse 5  
8184 Bachenbülach

[butti@malerbutti.ch](mailto:butti@malerbutti.ch)  
[www.malerbutti.ch](http://www.malerbutti.ch)

**Butti**



www.baeckerei-kuenzli Take away 8152 Glattbrugg

# 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



## Natürlich für alle Durstigen!

**Unser umfangreiches Angebot**

- Bier
- Mineralwasser
- Fruchtsäfte
- Wein aus vielen Anbaugebieten
- Degustationen
- Individuelle Beratung
- Festlieferung mit Festmobiliar
- Geschenk-Versand

**Kommen Sie vorbei – wir beraten Sie gerne!**

Wir freuen uns auf Ihren Besuch  
**LANDI – angenehm anders**

**Landi**  
FURT- UND  
LIMMATTAL  
Broschenschaft

**LANDI Regensdorf**  
Breitestrasse 15  
8106 Adlikon  
Tel 044 843 21 21  
Fax 044 843 21 41

**LANDI Würenlos**  
Landstrasse 40  
5436 Würenlos  
Tel 056 424 10 40  
Fax 056 430 93 05

[www.landifurt-limmatal.ch](http://www.landifurt-limmatal.ch)

# LUKAS ...DER HELLE WAHNSINN



Lege genau ein Streichholz um, so dass eine korrekte Rechnung entsteht.



## NEUNER-DING

Einfach die Namen der abgebildeten Dinge in das Raster eintragen und in Pfeilrichtung ergibt sich dann das gesuchte Lösungswort.



1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									

Kakuro ist eine Mischung aus Kreuzworträtsel und Sudoku. Gefunden werden müssen Zahlen, welche sich wie beim Kreuzworträtsel kreuzen. Die Summe der einzelnen Ziffern dieser Zahlen steht als Frage in den entsprechenden Kästchen. Innhalb dieser Zahlen darf aber jede Ziffer höchstens einmal vorkommen.

			11	16			15	10	9
	9					24			
	11				17				
27						6			
	5			13					
			16					25	
	14				11				
					20				13
	10	20					8		
21		23						3	
	15					4	15		
				31					
9					18				



# Gurtprüfung zum 3. Kyu vom 13. 4.2015

(Bericht von Thomas Alder)



Da meine letzte Gurtprüfung schon einige Zeit zurückliegt, war ich voll motiviert meine Prüfung zum 3. Kyu abzulegen. Nach einer gewissenhaften Vorbereitungszeit, die jeweils von Marianne Ruffieux begleitet wurde, habe ich mit meinem Trai-

ningspartner Dominik Hack mein Prüfungsprogramm zusammengestellt. Der 13.4.2015 war dann der erwartete Termin. Manu Wyss und Peter Knecht waren die Prüfungsexperten, die abwechslungsweise Techniken aus dem Prüfungsprogramm sehen wollten, die ich dann mit Dominik ausführte. Nach anfänglichen Schwierigkeiten (ich vertauschte die Namen der Aktionen) ging es dann etwas flotter. Zum Schluss der Prüfung gabs noch ein Randori mit drei Trainingspartnern, die mich auf unterschiedliche Art angriffen und ich entsprechende Aktionen ausführte. Nach dem praktischen Teil wurde ich noch zu Kuatsu-Techniken (erste Hilfe) befragt und dies bildete auch den Abschluss der Gurtprüfung. Während Peter und Manu sich berieten, konnte ich innerlich auch wieder etwas herunterfahren. Anschliessend war Prüfungsbesprechung und ich bekam den 3. Kyu verliehen.

## Eintritte:

## Erwachsene:

Burgos Bennett José Manuel

## Jugendliche:

Benedetti Cristian

Oswald Nicole

Ubavelski Angela

**Herzlich willkommen im SVC-G!**

## Austritte:

Famos Tobias

**Alles Gute für die Zukunft!**



Welche Farbe bekommt  
ein Schlumpf,  
wenn man ihn würgt?



Einen Schlumpf kann man nicht würgen,  
er hat keinen Hals!

## Unsere Trainerinnen und Trainer

Knecht Peter  
Höhenstr. 60  
8304 Wallisellen  
Tel. P. 044 831 27 30  
Nat.G. 079 386 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

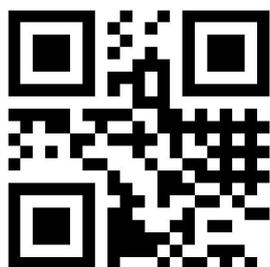
Rouiller Joël  
Steinackerstr. 3  
8152 Glattbrugg  
Tel. P. 044 811 29 82

Ruffieux Marianne  
Untere Lättenstr. 7  
8185 Winkel  
Tel. P. 044 861 11 87  
Nat.P. 079 395 86 13

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

[www.svc-g.ch](http://www.svc-g.ch)

Bankverbindung ZKB 1138-0693.811 Filiale Glattbrugg

Vielseitig engagiert  
beim Sport.

Mehr unter [www.zkb.ch/sponsoring](http://www.zkb.ch/sponsoring)

Die nahe Bank



Zürcher  
Kantonalbank