

Lehrgänge/Prüfungen-Berichte Goshin Jitsu ab 01.01.2018



11.02.2018 Kata Lehrgang beim VfB Forchheim

Unter der Leitung von Gert Closmann, 7.Dan und Lollo Mittermeier, 4.Dan vom VfB Forchheim fand der 1. Katalehrgang 2018 in der Berufsschulturnhalle Forchheim-Nord statt.

18 Sportler reisten an um die Kodokan Goshin-Jitsu zu üben.

Unter Kata versteht man ein festgelegtes System von Angriffen und Abwehren. Für die klassischen kriegerischen Künste in Japan war die Kata die Grundtrainingsart. Die

meisten der Ryu (Schulen) kannten kein freies Üben, denn viele der gelehrt Techniken waren, bei nicht eingeübter Ausführung tödlich. Deshalb wurde sie in Form von Kata unterrichtet.

Kata heißt, durch eine im Voraus festgelegte Art und Weise Methoden des Kampfes zu studieren (Jigoro Kano- Gründer des Judo).

Nach intensivem Lernen legten 5 Sportler ihre Kataprüfung erfolgreich ab.



Bericht: Gert Glosmann
Bilder: Ernst Lang

04.03.2018 Goshin Jitsu Jahreshauptversammlung in Dormitz

Anwesende waren:

Rudi Bauer: 1.Vorstand

Gert Closmann: 2.Vorstand

Daniel Will: 3.Vorstand Schatzmeister

Mario Campagna: Prüfungsbeauftragter

Lollo Mittermeier: Frauenbeauftragte

Ernst Lang: Pressewart

Eva Straub Präsidentin *Ju-Jutsu* Verband Bayern

Peter Baderke

Detlef Edenhofner

Stefan Hebekerl

Harald Januszewski

Die Versammlung wurde in angenehmer Atmosphäre aller Beteiligten durchgeführt. Anhand der Begrüßung von Eva Straub wurde ihr ein kleines Präsent von Daniel Will übergeben. Anschließend wurde bei einem gemeinsamen Mittagessen

sen mit allen Beteiligten über die Ergebnisse der Versammlung und über zusätzliche neue Termine für das Jahr 2019 gesprochen.

Ein herzliches Dankeschön von der Vorstandschaft an alle Vereine, die bei der Goshin Jitsu Jahreshauptversammlung in Dormitz beteiligt haben.



Bericht und Bilder: Ernst Lang

Training für Trainer

Am 18. März 2018 trafen sich im Budo-Dojo des Budo-Club Eckental im Untergeschoß der Mehrzweckhalle Goshin-Jitsu-Sportler aus Bergisch Gladbach bis Kaufbeuren zum

„Training für Trainer“, einem Meeting, bei dem sich Goshin-Jitsuka (Selbstverteidigungssportler) über Techniken und Lehrmethoden austauschten.



Bericht: Rudi Bauer
Bilder: Ernst Lang

22.04.2018 Landeslehrgang Goshin-Jitsu Verband Bayern e. V.

Eingeladen waren alle Sportbegeisterten zum 1. Landeslehrgang am 22.04.2018 beim VfB Forchheim-Turnhalle Forchheim Nord. Aus ganz Bayern reisten ca. 36 Sportler an, Rudi Bauer und Gert Closmann begrüßten alle angereisten Gäste.

Dozenten waren:

Rudi Bauer, 9. Dan aus Eckental
Gert Closmann, 7. Dan aus Forchheim
Daniel Will, 5. Dan aus Erlangen
Lollo Mittermeier, 4. Dan aus Forchheim
Mario Campagna, 7. Dan aus Schwabach
Harald Titz, 3. Dan aus Bergisch – Gladbach
Ernst Lang, 2. Dan aus Eckental
Herbert Possenriede, Budo- Beauftragter DDK-Bayern aus Schweitenkirchen
und Ulrich Vaerini aus München

Lehrgangsthemen waren:

Grundtechniken - Schlag-, Stoß- und Trittkombinationen, Würge-, Wurf- und Hebeltechniken, Selbstverteidigung aus der Bodenlage, sowie die Abwehr von Angriffen nach dem Goshin – Jitsu Prinzip. Nervenzentren am menschlichen Körper wurden erläutert sowie Waffen (Schlüsselbund, Kugelschreiber, Regenschirm, Zeitung und Stock) kamen zum Einsatz.

Bei dieser Gelegenheit durften wir einige verdiente Mitglieder des GJV By e.V. ehren:

Gerhard Müller, vom VfB Forchheim für sein 20 jähriges Vereinsjubiläum;

Daniel Will aus Erlangen zum 6. Dan Goshin-Jitsu;
Harald Titz, aus Bergisch-Gladbach zum 4. Dan Goshin-Jitsu;
Ernst Lang, aus Eckental zum 3. Dan Goshin-Jitsu.

An alle Frauen der Goshin-Jitsu Abteilung Forchheim ein herzliches Dankeschön! Sie hatten wieder einmal vorzüglich für Essen und Trinken gesorgt - sehr lecker.

Ein Dankeschön auch an die Dozenten und den Organisatoren, den fleißigen Helfern und die für den Mattenabbau zuständigen, ohne deren Hilfe solche Lehrgänge nicht möglich wären.

Ein besonderer Dank an Gert Closmann und seinem Team die uns die Halle zur Verfügung stellten.

Alle hatten viel Spaß bei dem Lehrgang, man kann immer wieder etwas dazu lernen und andere Sportarten und Leute kennenlernen.

Die Teilnehmer konnten wieder einmal über den „Teller- rand“ hinausblicken.

Rudi Bauer und Gert Closmann bedankten sich um 15:00Uhr mit einer kurzen Rede bei allen Anwesenden für ihr Kommen und wünschten allen eine gute Heimreise.

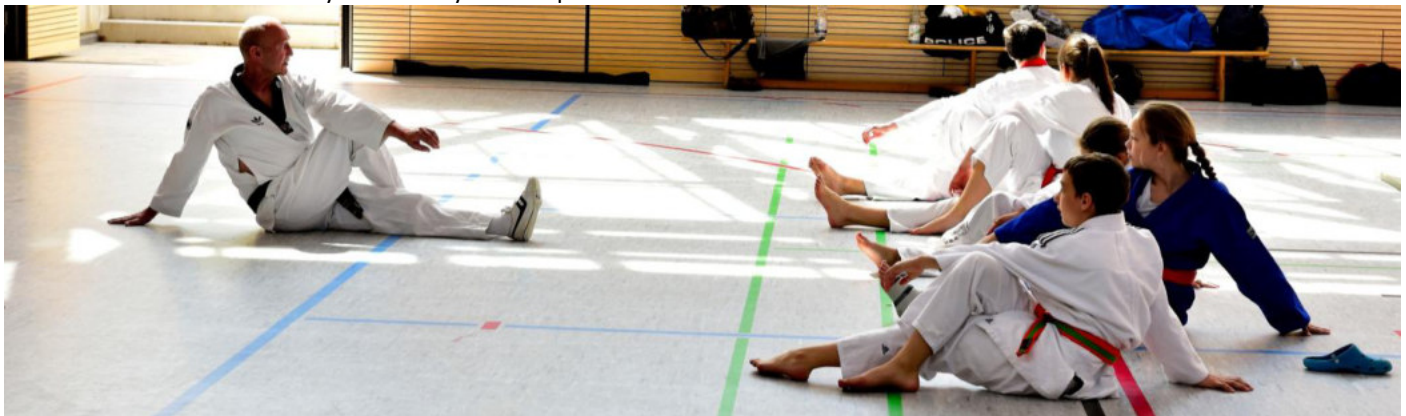


Bericht: Ernst Lang & Rudi Bauer
Bilder: Ernst Lang

28-29.04. 2018 zweiter International verbandsoffener Kampfsport Landeslehrgang in Schweitenkirchen.

Über 80 Kampfsportler trafen sich an diesen Wochenende in der Max-Elfinger-Halle in Schweitenkirchen. Um in 15 verschiedenen Kampfsportarten mit Großmeistern (ab 6. Dan aufwärts) aus den sechs Nationen Russland, Schweiz, Griechenland, Italien, Österreich und aus Deutschland gemeinsam zu trainieren. Ausrichter dieses 2. International verbandsoffenen Kampfsport Landeslehrgang war die Budo-Abteilung des FC Schweitenkirchen e.V. gemeinsam mit dem Deutschen DAN-Kollegium e.V. und dem Deutschen Stenka Bund e.V., eine von Schweitenkirchener Kampfsportlern in Deutschland gegründete neue Sportart, die in Lausanne/Schweiz ihren Weltsitz hat und deren Präsident der Universitätsprofessor Valeriy Maistrovoy aus Moskau ist. Nach den Begrüßungsreden von Schweitenkirchens Bürgermeister Albert Vogler, dem Präsidenten des Deutschen DAN Kollegiums (DDK) Klaus Trogemann und dem Präsidenten des Deutschen Stenka Bundes, dem Schweitenkirchener Harald Bäs- Fischlmair übernahm Gerhard Schmitt (D, HE) das allgemeine Aufwärmtraining bevor die Großmeister auf 3 Matten- und zwei Freiflächen mit ihrem eigentlichen Training begannen. Hierbei stellte DDK-Präsident Klaus Trogemann mit Tang-Soo-Do eine seiner vielen Sportarten vor, während der DDK-Fachbeauftragte Benjamin Billmann aus Darmstadt mit den Sportlern die Sportart Hap Ki Do trainierte. Für die Kinder bis 14 Jahre wurde eine separate Matte bereitgestellt und alle Großmeister standen während dieser zwei Trainingstage für eine Unterrichtseinheit zur Verfügung. Hier fand dann das kindgerechte Kampfsporttraining statt. Fast alle Großmeister hatten gleich in zwei oder mehreren Disziplinen hohe Dan-Grade. So unterrichtete Valeriy Maistrovoy in den Sportar-

ten Okinawa Karate, Kobudo und Stenka, der Schweizer Tiberio Abategiovanni die Sportarten Krav Maga und Ju Shin Ryu Kenpo, die Griechin Dimitra Mousxaki, Int. Chief Instructor und Ausbilderin der griechischen Polizei Taekwondo und Jiu Jitsu und Bodo Muri (CH) beeindruckte mit der Sportart Aikido. Mario Göckler (D, TH) stand am häufigsten auf der Matte, er lehrte Compat Sambo, Judo, Jiu Jitsu, BJJ und Capoeira. Alle anderen Referenten kamen aus Bayern und sind jeweils Fachbeauftragte des DDK. Rudi Bauer (Goshin Jitsu), Ernst Lang (Taekwondo), Mario Campagna (Taekwondo), Horst Zettner (Karate). Aus Schweitenkirchner Sicht zeigte Viola Wächter im Judo, warum sie die Qualifikationspunkte für Olympia 2016 in Rio erreicht hatte. Herbert Possenriede, FCS Budo Trainer, DDK Fachbeauftragte und DDK-Lehrer erklärte die Sportart Kyudo, das japanische Langbogenschießen (2,25-2,35 m) und drei seiner Schüler halfen den vielen Interessenten, auch einmal mit dem Bogen zu schießen. Vom Goshin-Jitsu-Verband Bayern erhielt Herbert Possenriede den 3.Dan in der Sportart Goshin Jitsu verliehen. Alle sechs Prüflinge in Karate aus Russland (2) und Griechenland (4) bestanden die Prüfung bzw. Überprüfung für hohe DAN-Grade mit besonders guten Leistungen vom 2. Bis zum 7. Dan. Die Ausrichter vom FC Schweitenkirchen konnten stolz auf die Ausrichtung von diesen größten Kampfsportlehrgang sein, der in diesem Jahr in Bayern stattfand. Im nächsten Jahr wird dann der dritte verbandsoffene internationale Kampfsport Landeslehrgang in der Zeit vom 3. bis 5. Mai 2019 erneut in der Max-Elfinger-Halle vom FC Schweitenkirchen-Budo ausgerichtet.



24.06.2018 Goshin Jitsu Dan und Prüferschulung

91126 Schwabach, Jahnstr. 6, beim TV Schwabach 48

Angereist waren Sportler:
vom Russisch-Deutschen Kulturzentrum e.V. Röthenbach /
Nürnberg von der Kampfsportgemeinschaft 04 e.V. Fürth
und Siegfried Togyeras vom TV 1848 Schwabach e. V.

Rudi Bauer eröffnete den Lehrgang gegen 10:00Uhr und
begrüßte alle Anwesenden.
Theorie für Prüfer und Dan- Träger war angesagt. Anschlie-
ßend begann Rudi mit dem Aufwärmen.

Der Praktische Teil bestand aus:

Grundtechniken – Schlag-, Stoß-, Würge-, Wurf- und Hebel-
techniken.

Selbstverteidigung aus der Bodenlage, sowie die Abwehr
von Angriffen nach dem Goshin Jitsu Prinzip.

Gegen 12:30Uhr beendete Rudi Bauer den Lehrgang, be-
dankte sich bei allen Teilnehmern und besonders bei
Siegfried Togyeras vom TV 1848 Schwabach e. V., der uns
freundlicherweise die Halle zur Verfügung stellte. Rudi
wünschte allen noch eine gute Heimreise.

Wir trafen uns noch in der Vereinsgaststätte, um eine Klei-
nigkeit zu essen. Dabei erzählte uns Sigi ein paar nette Ge-
schichten von seiner Reise nach Südkorea.



Bericht: Ernst Lang
Bild: Ernst Lang

27.06.2018 Goshin-Jitsu Selbstverteidigung "Von Frau zu Frau" mit Gudrun Mittermeier

Der Jährliche Goshin-Jitsu Frauenabend mit Lollo Mittermeier Frauenbeauftragte des Goshin-Jitsu Verbandes Bayern.

08.07.2018 Goshin Jitsu Dan-Prüfung in Forchheim

Lollo Mittermeier vom VfB Forchheim zum 5.Dan
Damir Bastalic 3. Dan
Kirschenheuter Macel 1. Dan



(alle Teilnehmer haben sich mit der Veröffentlichung einverstanden erklärt)

30.09.2018 Training für Trainer in Lauf a. d. Peg.

Am 30.09.2018 trafen sich ca. 13 Sportler in Lauf a.d. Peg. beim Judo Club Lauf 1973e.V. in der Halle der Kunigundenschule, um Goshin Jitsu Techniken zu üben.

Themen waren: (Kurzfassung)

Dreierkontakt, eine Vorbereitung für Abwehrtechniken, Würge und Hebeltechniken, die im Stand und am Boden möglich sind
Armriegel von innen und außen, Bauchstreckhebel, Würfe und festlege Techniken.

Voraussetzung bei den Übungen ist der eigene sichere Stand und das Vertrauen zu den Übungspartnern, um Verletzungen zu vermeiden.

Die Veranstaltungen "Training für Trainer" ist ein Workshop, an dem sich Goshin-Jitsukas über Goshin-Jitsu-Techniken austauschen. Wie können bestimmte Techniken aufgebaut und vermittelt werden, welche Kriterien enthalten die Techniken und auf was ist besonders zu achten.

Bei dem Workshop sind nicht nur Danträger und Trainer eingeladen, teilnehmen können auch alle interessierten Goshin-Jitsu-Sportler.

Rudi Bauer bedankte sich bei Rainer Knorr, der uns die Halle zur Verfügung stellte und mit einer kurzen Rede bei allen Anwesenden für ihr Kommen sowie Ihre rege Teilnahme und wünschte allen eine gute Heimreise.



Bericht: Ernst Lang
Bild: Ernst Lang

(alle Teilnehmer haben sich mit der Veröffentlichung einverstanden erklärt)

Goshin-Jitsu Lehrgang am 30.09.2018 beim JC Lauf



Am 30. September 2018 trafen sich beim Judo Club Lauf zahlreiche [Goshin-Jitsu](#)-Sportler zum "Training für Trainer", einem Meeting, bei dem sich Goshin-Jitsuka (Selbstverteidigungssportler) über Techniken und Lehrmethoden austauschten.

Selbstverteidigung ist nicht nur für junge Leute etwas Sinnvolles, auch Senioren profitieren davon, einen Kampfsport zu erlernen. Nicht nur schult dies die Koordination und die Muskulatur - auch das Reaktionsvermögen wirkt deutlich verbessert.

Goshin-Jitsu gilt als eine besonders gute Wahl für Senioren, da diese Art der Selbstverteidigung sich in ihrem Prinzip optimal für diese Zielgruppe eignet.

Training für Kampfsport-Trainer beim Judo-Club



LAUF — Beim Judo-Club Lauf fand der Lehrgang „Training für Trainer“ des Goshin-Jitsu-Verbandes Bayern mit hochkarätiger Besetzung statt. Goshin Jitsu ist ein Weg der waffenlosen Selbstverteidigung, basierend auf Techniken etwa aus Judo, Jiu Jitsu, Karate und Aikido und hat ausschließlich defensiven Charakter. An diesem Lehrgang konnten nicht nur Trainer, sondern alle an Selbstverteidigungstechniken Interessierte teilnehmen. Lehrgangsleiter Rudi Bauer (9. Dan Goshin Jitsu, 6. Dan Judo) zeigte, basierend auf Grundtechniken, wirkungsvolle Feinheiten der Abwehr von Angriffen auf Hände und Arme mit einfachsten

Mitteln. Ein weiteres Thema war die Abwehr von Angriffen auf am Boden Liegenden. Hierbei legte Bauer (vorne Mitte; roter Gürtel) besonderes Augenmerk auf die Befreiung des Angegriffenen aus der Bodenlage und die Fixierung des Angreifers. Bei allen Techniken, die zum Teil zu Verletzungen des Angreifers führen können, machte Rudi Bauer auf die Verhältnismäßigkeit der Abwehr aufmerksam. Judo wird beim Judo-Club Lauf für Kinder, Jugendliche und Erwachsene gelehrt, Selbstverteidigung (Goshin Jitsu) für Jugendliche und Erwachsene.

07.10.2018 zweiter Katalandeslehrgang beim VfB Forchheim

Unter der Leitung von Gert Closmann, 7.Dan und Lollo Mittermeier, 5.Dan vom VfB Forchheim fand der 2. Katallehrgang 2018 in der Berufsschulturnhalle Forchheim-Nord statt.

12 Sportler reisten an um die Kodokan Goshin-Jitsu zu üben

Unter Kata versteht man ein festgelegtes System von Angriffen und Abwehren. Für die klassischen kriegerischen Künste in Japan war die Kata die Grundtrainingsart. Die meisten der Ryu (Schulen) kannten kein freies Üben, denn viele der gelehrt Techniken waren, bei nicht eingeübter Ausführung tödlich. Deshalb wurde sie in Form von Kata unterrichtet.

Kata heißt, durch eine im Voraus festgelegte Art und Weise Methoden des Kampfes zu studieren (Jigoro Kano- Gründer des Judo).

Nach intensivem Lernen legten 4 Sportler ihre Kataprüfung erfolgreich ab.



Bericht & Bild: Gert Glosmann

(alle Teilnehmer haben sich mit der Veröffentlichung einverstanden erklärt)

21.10.2018 Dan – Prüferschulung in Schwabach/Bayern

Mario Campagna, der Prüfungsbeauftragte des GJVBe.V., begrüßte alle anwesenden Sportler und Trainer aus Bayern, die vom Goshin Jitsu Verband Bayern e.V. gegen 10:00Uhr in der Halle des TV 1848 Schwabach e.V. anwesend waren.

Mario Campagna hatte die erste Einheit mit verschiedenen Techniken, die fleißig geübt wurden.

Anschließend übernahmen Rudi Bauer, 1.Vorstand vom GJVB e.V. und Gert Glosmann, 2.Vorstand vom GJVB e.V., mit ein paar kurzen Erklärungen und im weiteren Verlauf des zweiten Teils des Lehrgangs mit Techniken im Stand und in der Bodenlage für die Prüfung zum Braungurt bzw. zum 1.Dan. Die Theorie wurde anschließend in der Praxis umgesetzt und von allen Teilnehmern durchgeführt und ausgearbeitet.

Auch bei den Diskussionen von den Trainern mit Trainer werden die Techniken immer wieder hinterfragt von den Teilnehmern. Die Fragen zu den Techniken sind immer willkommen und werden auch von allen Trainern und Prüfer erwartet.

Siegfried Togyeras zeigte uns ein paar super Kicks aus dem Taekwondo, die technisch effektiv für die Verteidigung in verschiedenen Situationen sind.

Techniken mit verschiedenen Eingängen im Sinne der Prüfungsordnung wurden geübt. Gegen 13:00Uhr wurde der Lehrgang durch Rudi Bauer, Gert Glosmann und Mario Campagna beendet. Mit einer kurzen Rede an alle Anwesenden bedankte sich Rudi Bauer für die rege Teilnahme und wünschte allen eine gute Heimreise.



Bericht & Bilder: Ernst Lang

(alle Teilnehmer haben sich mit der Veröffentlichung einverstanden erklärt)

23.11.2018 kombinierter Goshin-Jitsu - Nin-Jitsu-Lehrgang Stöckach

Am 24. November veranstaltete der FC Stöckach e.V. zusammen mit dem Gogyo Dojo Eckental e.V. den alljährlichen Landeslehrgang des Goshin Jitsu Verbandes Bayern e.V. Nach der kurzen Begrüßung durch den Dojoleiter Detlef Edenhofner startete auch gleich Ernst Lang (5.Dan TKD, 3. Dan Goshin Jitsu) mit seiner Trainingseinheit. Nach gut 30 Min. Erwärmung legte er auch schon mit seinen Techniken los. Angefangen mit verschiedenen Fauststößen und Fußtritten versetzte Ernst Lang, mit seiner Gelenkigkeit, die Teilnehmer jedes Jahr auf's Neue ins Staunen. Zum Abschluss seiner Einheit unterrichtete er eine Variante des Armdrehbeugehebels, im japanischen "Ura Mushadori" genannt. Die zweite Session wurde dann von dem Fürther Trainer Daniel Rieß (3. Dan Kyusho, 3. Dan Goshin Jitsu) übernommen. Schwerpunkt in seiner diesjährigen Einheit waren Verteidigungstechniken gegen Messer und Stock. Dabei ging er besonders auf die Gefährlichkeit solcher Angriffe ein und klärte auch über mögliche Trainingsfehler auf, die sich einschleichen, wenn z.B. mit sogenannten "Grundschulschritten" geübt wird. Natürlich durfte das Kyusho nicht fehlen und so verband er seine Techniken mit den Schmerzpunkten, sehr zur Freude der Teilnehmer und Zu-

schauer. Die dritte und letzte Einheit des Tages übernahm Detlef Edenhofner (Kudan Bujinkan Budo Taijutsu, 3. Dan Goshin Jitsu). Passend zu den Techniken der beiden vorhergehenden Trainern lehrte der Vorsitzende des Gogyo Dojo Eckental Varianten des Handdrehbeugehebels, die er zum einen in den Z-Griff, den Bauchstreckhebel und dem Kipphandhebel weiterführte. Besonderes Interesse zeigten die Teilnehmer am Drehen und Fixieren des Partners am Boden, so ging Shidoshi Edenhofner auch speziell auf diese Technik ein. Zwei Verteidigungstechniken mit dem Stock / Schirm rundeten das Seminar ab.

Die Teilnehmer waren begeistert über das gelungene Seminar und freuen sich schon auf ein Wiedersehen beim nächsten Lehrgang.



Bericht: Detlef Edenhofner

Bilder: Ernst Lang

(alle Teilnehmer haben sich mit der Veröffentlichung einverstanden erklärt)