



Jahresbericht Sektion Ju-Jitsu 2025/2026

Präsentiert an der JJCW GV vom 19. März 2026

Training

- **Montags-/Mittwochstraining**

Die Trainings wurden wie gewohnt abwechslungsweise von René Widmann, Stefano Pescheta, Michael Brauchli, Yannik Primus und Sabrina Dejung geleitet. Es hat sich bewährt, dass die Trainer wochenweise eingeplant werden, d.h., dass der jeweilige Mittwochstrainer auch das vorangehende Montagstraining übernimmt.

Unglücklicherweise verletzte sich Stefano im Januar 2025 (Muskelfaserriss in Wade) und musste länger pausieren. Seine Trainings wurden bis zu den Sommerferien auf die anderen Trainer verteilt und ab August 2025 konnte Stefano wieder regulär in den Turnus aufgenommen werden.

- **Spezialtrainings**

Am Mittwoch, 16. April, leitete Reto ein Aikido Training für Jiukas.

Sven Bisquolm konnte am Mittwoch, 11. Juni, wiederum das traditionell eingeplante Karate Training durchführen.

Am Montag, 8. September, fand erneut ein Spezialtraining mit Yannic Müller zum Thema historischer europäischer Schwertkampf statt (Details siehe Aktivitäten).

Zusätzlich fanden an 4 Montagen offizielle Katakurse statt: Am 28. April / 05. Mai stand die Kime No Kata im Zentrum und am 15. / 22. September die Katame No Kata. Die regulären Jiu Trainings fielen dadurch aus.

- **Teilnehmerzahlen**

Die Teilnehmerzahlen bewegten sich 2025 zwischen erfreulichen 9 und 24 Jiukas und zeigten, dass das Interesse an dieser Disziplin nach wie vor gross ist. Der im November 2024 erreichte Rekord mit 25 Teilnehmern wurde knapp nicht gebrochen.

Q1/2026 ist bisher ebenso erfolgreich gestartet und viele Weissgurte sind motiviert dabei.

- **Freies Training während Sommerferien 2025**

Im Gegensatz zu den letzten Jahren wurde das Dojo nicht fix jeden Mittwoch durch einen Jiu Trainer geöffnet. Dieses Mal konnten sich allfällige Interessenten eigenständig und flexibel über den etablierten Fighting Friday Chat organisieren. So kamen ein paar freie Trainings zustande.

- **Freitagstraining**

Das freie Training am Freitag wurde wieder, wenn möglich, für Fighting, Ne-Waza oder Prüfungsvorbereitungen genutzt.

- **Trainerteam**

Das seit Januar 2024 mit Yannik Primus und Michael Brauchli erweiterte Trainerteam funktioniert hervorragend. Alle 5 Trainer sind sehr motiviert und die Zusammenarbeit verläuft einwandfrei.

- **J&S**

Im 2025 und 2026 wurde erneut auf eine Anmeldung der Trainings als J&S Kurse verzichtet, da zu wenig Teilnehmende mit den relevanten Jahrgängen vorhanden sind.



Judo & Ju-Jitsu Club Winterthur

- **Aus-/Weiterbildungen der Trainer**

Die Aus- und Weiterbildung der Trainer ist nach wie vor ein zentrales Anliegen vom JJCW. Alle Jiu Jitsu Trainer haben einen aktiven J+S Status und absolvieren alle 2 Jahre einen entsprechenden Kurs.

René Widtmann ist als Ju-Jitsu Lehrer immer wieder aktiv und zeigt dadurch erfolgreich Präsenz in der Deutschschweiz. Er leitete in 2025 unter anderem Kurse am ZJV Day, Budoseminar Schaffhausen, im Ju-Jitsu Club Bern sowie den Kime No Kata Kurs in Winterthur.

- **Trainingsplan**

Der Trainingsplan für das Jahr 2025 und 2026 wurde wiederum von René Widtmann fachmännisch erstellt. Das Excelformular inkl. aktualisiertem ausgeklügeltem Makro erweist sich als sehr praktisch und wird weiterhin so beibehalten. Ein Ausdruck des Plans liegt im Dojo auf.

Prüfungswesen

Das Prüfungswesen organisiert nach wie vor Stefano Pescheta mit grossem Engagement. Er kümmert sich um den reibungslosen Ablauf der Kyu-Prüfungen und führt die zugehörigen administrativen Tätigkeiten sauber aus. Für 2026 wurde das Prüfungsreglement überarbeitet (Version 10) und u.a. Präzisierungen bezüglich Anzahl Techniken sowie die Definition Festleggriffe vs. Festhalter aufgenommen. Das aktualisierte Prüfungsreglement liegt ausgedruckt im Dojo auf und ist als PDF auf der JJCW-Homepage unter Downloads verfügbar.

Folgende Kyuprüfungen wurden absolviert:

14.4.2025: Erfolgreiche Prüfung zum 1. Kyu Ju-Jitsu

Am Montag, 14. April 2025, stellten sich Fabien und Ramon erfolgreich der umfangreichen Prüfung zum 1. Kyu im Ju-Jitsu (Braungurt). Bereits um 18:30 Uhr – noch vor dem regulären Training – startete ihre intensive Prüfung. Den Auftakt bildete die Kime-no-Kata, die beide abwechselnd als Uke und Tori präsentierten. Mit sicherer Ausführung und ohne grössere Fehler meisterten sie diesen ersten Teil souverän. Anschließend folgte die Überprüfung der Grundtechniken. Im weiteren Verlauf zeigten die beiden Prüflinge unter den aufmerksamen Augen der drei Experten Yannik, Michi und René ihr Können in den verschiedenen Angriffsgruppen. Ein anstrengender Teil war das Randori: Mehrere Angreifer forderten Fabien und Ramon über mehrere Minuten hinweg – auch hier zeigten beide starke Leistungen und Durchhaltevermögen. Der abschliessende Theorieteil stellte dann nur noch eine Formsache dar. Nach rund zweieinhalb Stunden intensiver Prüfung durften Fabien und Ramon unter lautem Applaus der anwesenden Trainingsteilnehmer/innen feierlich ihre Braungurte entgegennehmen. Wir gratulieren beiden ganz herzlich zur bestandenen Prüfung und zur starken Leistung!



Judo & Ju-Jitsu Club Winterthur





Judo & Ju-Jitsu Club Winterthur

10.5.2025: Drei bestandene Kyu-Prüfungen im Ju-Jitsu

Am Samstag, 10.5.2025 haben Karin, Diederik und Jeroen erfolgreich ihre Prüfungen zum nächsten Kyu bestanden. Tolle Leistung, herzliche Gratulation!





Judo & Ju-Jitsu Club Winterthur

15.11.2025: 3 neue Ju-Jitsu Gelbgurte

Am Samstag, 15. November 2025 haben Brian, Michael und Julius erfolgreich ihre Prüfung zum 5. Kyu im Ju-Jitsu absolviert. Wir gratulieren zur bestandenen Prüfung und wünschen weiterhin viel Erfolg auf dem Weg der sanften Kunst.



Geplante Kyuprüfungsdaten für das Jahr 2026

18. April und 14. November



Wettkampf Resultate

In diesem Jahr konnten aufgrund mangelnder Teilnehmer keine Wettkampfergebnisse verzeichnet werden.

Aktivitäten

17.5.2025: 11. Budo Seminar in Schaffhausen

Am Samstag, dem 17. Mai 2025, fand im Dojo des Judo Club Schaffhausen das 11. Budo Seminar statt. Mit insgesamt 29 motivierten Teilnehmern und sechs erfahrenen Instruktor:innen war das Seminar gut besucht und bot einmal mehr die Möglichkeit, unterschiedliche Kampfkünste kennenzulernen und voneinander zu lernen.

Pünktlich um 9 Uhr startete das Seminar im Hauptdojo, wo auf zwei Mattenflächen in zwei Gruppen parallel trainiert wurde. In insgesamt sechs abwechslungsreichen Trainingseinheiten wurden Techniken aus Judo, Ju-Jitsu, Arnis, Wing Chun und HEMA vermittelt. Werner Schuler (5. Dan Judo) zeigte den Teilnehmern verschiedene Sangaku-Techniken im Bodenbereich, während Atacan Gülay (4. Dan Ju-Jitsu) effektive Revergriffabwehren, Befreiungen aus Kata Gatame sowie weitere Techniken im Stand und am Boden demonstrierte. René Widtmann (4. Dan Ju-Jitsu) legte den Fokus auf Dreh-, Fixier- und Transporttechniken, die auf praktische Weise angewendet wurden. Aus dem philippinischen Arnis vermittelte Andrew Andes (Punong Lakan Arnis) dynamische Bewegungsabläufe mit zwei Stöcken, einem Stock sowie Fausttechniken. Daniel Goncalves (Wing Chun Instruktor) zeigte, wie durch gezielte Nutzung des Körperzentrums und der Wirbelsäule mit minimalem Kräfteinsatz effiziente Techniken umgesetzt werden können. Ein spannender Einblick in die historische europäische Kampfkunst bot Yannic Müller (Swiss HEMA Monitor), der verschiedene Angriffs- und Verteidigungstechniken mit dem Langschwert präsentierte. Die Stimmung während des gesamten Tages war ausgezeichnet, und die Teilnehmer zeigten sich begeistert von der Vielfalt und Qualität der gezeigten Inhalte. Dank den zwei anwesenden Sportartenlehrern war das Seminar vom Schweizerischen Judo und Ju-Jitsu Verband (SJV) als technischer Kurs anerkannt und wurde im SJV-Pass eingetragen.

Ein herzlicher Dank geht an alle Instruktor:innen für ihre spannenden Beiträge und an den Judo Club Schaffhausen für die Bereitstellung des Dojos. Das Seminar wird auch im nächsten Jahr wieder in ähnlichem Rahmen stattfinden – wir freuen uns schon jetzt auf eine weitere inspirierende Begegnung im Zeichen des Budo Sports.





8.9.2025: Mittelalterlicher Schwertkampf im JJCW

Am Montag, 8. September 2025, fand im Dojo des Judo & Ju-Jitsu Club Winterthur erneut ein besonderes Training statt. Yannic leitete ein HEMA-Training (Historical European Martial Arts) und entführte die Teilnehmenden in die faszinierende Welt des mittelalterlichen Schwertkampfes.

Zum Aufwärmen wurde zu mittelalterlicher Musik getanzt – die Schritte wurden dabei immer schneller und sorgten für eine spielerische, aber schweisstreibende Einstimmung. Anschliessend übten die Teilnehmenden verschiedene Techniken: vom Blockieren und Hochdrücken gegnerischer Schwerter bis hin zu Entwaffnungen und Würfen.

Die Mischung aus Geschichte, Technik und Bewegung begeisterte einmal mehr alle Anwesenden. Schon jetzt ist klar: Dieses Spezialtraining wird auch im nächsten Jahr wieder seinen Platz im Programm finden.



Judo & Ju-Jitsu Club Winterthur





Judo & Ju-Jitsu Club Winterthur

3.12.2025: Ju-Jitsu Gasttraining mit Torsten Schwarz

Am Mittwoch, 3. Dezember 2025, fand das traditionelle Gasttraining mit Torsten Schwarz (4. Dan Ju-Jitsu, Ju-Jitsu-Lehrer und Kata-Experte) statt.

Wie jedes Jahr sorgte Torsten mit viel Fachwissen für ein abwechslungsreiches und lehrreiches Training. Beim Aufwärmen kam dieses Mal das Thema Hunderziehung zum Zug: Mit spielerischen Übungen wurde schnell klar, wie viel Kraft und Koordination nötig sind, um „unerzogene Hunde“ im Zaum zu halten. Die Stimmung war entsprechend heiter und der Körper schon gut gefordert. Im Hauptteil des Trainings gab Torsten spannende Einblicke in Elemente seiner Dan-Prüfung. Dabei zeigte er, wie sich identische Angriffe auf unterschiedliche Weise abwehren lassen, sei es mit Atemis, Hebeln oder Würfen. Das Training bereitete wie immer grossen Spass und bot viele neue Impulse für die eigene Technik. Der Judo & Ju-Jitsu Club Winterthur bedankt sich herzlich bei Torsten für das inspirierende Gasttraining - wir freuen uns bereits jetzt auf die nächste Ausgabe im Jahr 2026!



Winterthur, 31.01.2026

Sabrina Dejung