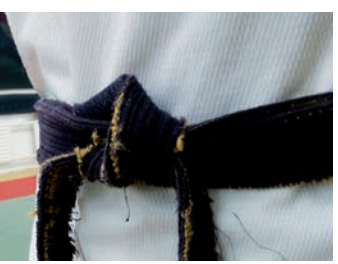
Judo-Taekwondo-Club

In der Versammlung am 26.09.1979 wurde der Grundstein des Judo-Taekwondo-Club Sulzbach/Main gelegt und die erste Vereinssatzung verabschiedet.

Der Beitritt in den Bayerischen Landes-Sportverband (BLSV) und zum Deutschen Judo-Bund (DJB) erfolgte gegen Ende des Gründungsjahres. Der JTC Sulzbach war einer der ersten Vereine, die bei der Gründung der Deutschen Taekwondo Union (DTU) im Juni 1981 mitgewirkt haben.

Innerhalb der bayerischen Landesgrenzen ist Judo im Bayerischen Judo-Verband (BJV) und Taekwondo in der Bayerischen Taekwondo Union (BTU) organsiert.



Gurtprüfungen im Judo und Taekwondo richten wir regelmäßig gemäß den Prüfungsordnungen der beiden Bundesverbände (DJB und DTU) aus.
Damit sind alle Prüfungen offiziell und weltweit anerkannt.

Sowohl Judo (seit 1964) als auch Taekwondo (seit 2000) zählen zu den Sportarten der Olympischen Spiele. Sportlerinnen und Sportler messen sich dort auf höchstem Niveau.

Kontakt

Helmut Kloss	**Yvonne Brand**	**Eberhard Jaklin**
1. Vorsitzender	2. Vorsitzende	3. Vorsitzender
06028 / 997766	06022 / 263830	06028 / 3156

Vereinsadresse
Judo-Taekwondo-Club Sulzbach/M. e.V.
Spessartstr. 73
63834 Sulzbach/Main

Telefon 06028 / 997767
info@jtc-sulzbach.de
www.jtc-sulzbach.de

Judo-Taekwondo-Club Sulzbach/Main e.V.

www.jtc-sulzbach.de

Judo

柔道

Über Judo

Judo ist eine japanische Kampfsportart, die von Jigoro Kano (1860 – 1938) aus verschiedenen alten Jiu Jitsu-Stilen (Koryu) entwickelt wurde. 1882 gründete Kano seine eigene Schule, den Kodokan, die Wiege des Judo.

Das Wort Judo setzt sich aus den Silben **Ju = sanft** und **Do = Weg** zusammen. Judo ist neben sportlicher Betätigung auch eine Philosophie zur Persönlichkeitsentwicklung. Dabei liegen dem Judo im Wesentlichen die beiden Prinzipien „gegenseitige Hilfe zum beiderseitigen Fortschritt und Wohlergehen“ (jita kyōei) und „bestmöglicher Einsatz von Körper und Geist“ (seiryoku zenyō) zugrunde.

Trainingszeiten (ab 6 Jahren)
samstags: 09:30-11:00 Uhr Anfänger
11:00-12:30 Uhr Fortgeschrittene
Main-Spessart-Halle Sulzbach

Im Judo gibt es Wurftechniken, Haltegriffe, Armhebel und Würgetechniken.

Diese Techniken werden in vielen Übungsformen trainiert und im spielerischen Kampf (Randori) und Wettkampf (Shiai) angewendet. Weiterhin wird Judo als Demonstration und Verinnerlichung technischer Prinzipien in festgelegter Form und Abfolge (Kata) geübt und gezeigt.

Neben dem körperlichen Training spielen die Judo-Werte auf der Matte und darüber hinaus eine große Rolle.

Taekwondo

태권도

Über Taekwondo

Taekwondo ist eine koreanische Kampfsportart und setzt sich aus drei Wörtern zusammen:
Tae = Fuß, steht für die Fußtechniken
Kwon = Faust, beinhaltet die Handtechniken
Do = Weg, geistige Entwicklung

Taekwondo lässt sich auf eine über 2000 Jahre alte Geschichte zurückführen. Entscheidend auf die Entwicklung des modernen Taekwondo hat der südkoreanische General Choi Hong Hi in den 60er-Jahren eingewirkt.

Trainingszeiten (ab 12 Jahren)
dienstags: 19:00 – 21:00 Uhr, Main-Spessart-Halle Sulzbach
freitags: 19:30 – 21:30 Uhr, Main-Spessart-Halle Sulzbach
sonntags: 10:00 – 12:30 Uhr, Schulturnhalle Leidersbach

Im Taekwondo kommen Abwehr- und Angriffstechniken gleichermaßen zur Anwendung. Die Bewegungen im Zweikampf (Kyorugi) sind stark geprägt von Fuß- und Sprungtechniken.

Eine weitere sportliche Disziplin ist der Formenlauf (Poomsae) zur Demonstration technischer Perfektion.

Neben den oben genannten sportlichen Aspekten, ist die Selbstverteidigung (Hosinsul) ein weiterer wesentlicher Bestandteil. Hier kommen Abwehr- und Hebeltechniken zum Einsatz, um sich vor Angriffen zu schützen und zu verteidigen.