

# Taekwondo



## Ø Stil-Beschreibung

Wir unterrichten Taekwondo im Stil der World Taekwondo Federation (WTF).

Unser Verband, die Bayerische Taekwondo Union, ist Mitglied im Bayerischen Landessportverband. Taekwondo war im Jahr 2000 in Sydney erstmalig als olympische Disziplin vertreten.

Unser Training umfaßt folgende Schwerpunkte:

- Wettkampf (Vollkontaktwettkampf mit Schutzausrüstung)
- Poomsae (Formen)
- Hosinsul (Selbstverteidigung)

## Ø Trainingszeiten

### Jugendliche ab 13 Jahre / Erwachsene

Dienstag 18.45 bis 20.15 Uhr Turnhalle  
Freitag 18.45 bis 20.15 Uhr Turnhalle

### Fortgeschrittene

Freitag 20.00 bis 21.00 Uhr Dojo

### Kindergruppe 9-12 Jahre

Freitag 17.30 bis 18:45 Uhr Turnhalle

## Ø Trainer

Wolfgang Häckel 3.DAN ÜL-Fachlizenz, Bundeskampfrichter  
Julian Bock 2. DAN

## Ø Kontakt

09078/912661 Catrin und Wolfgang Häckel

[info@budo-donauwoerth.de](mailto:info@budo-donauwoerth.de)

# VSC 1862 Donauwörth Abteilung Budo



Unsere Sparte vereint unter einem Dach vier verschiedene asiatische Kampfsportarten und Kampfkünste.

# Taekwondo Aikido Ninjutsu Judo

Unsere Trainingsräume sind die Sporthalle in der Zirgesheimer Straße und das Dojo daneben.

Ein kostenloses Probetraining ist nach Absprache jederzeit möglich.

Wir stehen auch für Vorführungen und Auftritte gerne zur Verfügung.

Homepages:

[www.budo-donauwoerth.de](http://www.budo-donauwoerth.de)

[www.vsc-donauwoerth.de](http://www.vsc-donauwoerth.de)

Stand 04/2019



# Aikido

## Ø Stil-Beschreibung

Aikido wurde von Sensei Morihey Uyeshiba aus japanischen Kampfkünsten entwickelt.

Es ist ein System um Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen.

Er fand es auf der Suche nach einer Selbstverteidigungsart, die es ihm ermöglichte einen Angreifenden nicht zu vernichten, sondern "ihn so zu führen, daß er seine feindliche Einstellung freiwillig aufgibt".

Aikido heißt

- Ai = Harmonie/Liebe/Miteinander schwingen
- Ki = Lebensenergie/Allem innewohnende Grundschwingung/Lebensursprung
- Do = Weg

Durch spezielle Partnerübungen, die aus Hebel – und Wurftechniken bestehen, lernt ein „Angegriffener <nage/tori>“ sich mit der Kraft des „Angreifers <uke>“ so zu verbinden, dass er ihn führen kann.

Es gibt im Aikido keinen Wettkampf. Der geistige Hintergrund des Aikido erschließt sich dem Schüler im beständigen Üben von Körper, Geist und Seele.

## Ø Trainingszeiten (ab 14 Jahre)

Donnerstag 19.30 bis ca. 22.00 Uhr Dojo

Sonntag 19.00 bis ca.21.30 Uhr Dojo

Donnerstag 18.00 bis 19.30 Uhr Kinder ab 10 Jahre

Familien- und Grundlagentraining

Absprache mit Thomas Willhöft

## Ø Trainer & Kontakt:

Thomas Willhöft, 4. DAN BDAL, 1. Kyu

Shizen-Taïdo, ÜL-Fachlizenz FAB

Tel.: 0906 / 9800999

[thomas.willhoeft@t-online.de](mailto:thomas.willhoeft@t-online.de)

Gerhard Obeth, 1. DAN ÜL-Fachlizenz FAB

Dynamic Aikido Noquet

Tel.: 08293 / 9504460 [Gerhard\\_o\\_@web.de](mailto:Gerhard_o_@web.de)

# Judo



## Ø Stil-Beschreibung

Judo ist eine olympische Wettkampfsportart, die ihren Ursprung in den gesammelten waffenlosen Selbstverteidigungstechniken der japanischen Samurai hat. Ein großer Augenmerk liegt dabei den Partner nicht zu verletzen.

Folglich können alle erlernten Techniken im Wettkampf angewandt werden. Diese bestehen aus Wurftechniken, um den Gegner zu Fall zu bringen und einer Vielzahl von Bodentechniken, wie Haltegriffe, Hebel- und Würgetechniken, um den Gegner unter Kontrolle zu halten. Natürlich wird vorher das richtige Fallen erlernt, sodass Verletzungen vermieden werden. Übrigens eignen sich die Judotechniken bestens zur Selbstverteidigung und fördern das Selbstvertrauen sowie die Körperbeherrschung.

## Ø Trainingszeiten

Montag: bei den Wintersportfreunden Tapfheim  
Dienstag 19.45 bis 21.15 Uhr Dojo  
Mindestalter: 15 Jahre

## Ø Trainer

Thomas Pfeilschifter 1. Kyu  
Wolfgang Hirsch, 1. DAN

## Ø Kontakt

09099/2105 Thomas Pfeilschifter  
[judo@budo-donauwoerth.de](mailto:judo@budo-donauwoerth.de)

# Ninjutsu



## Ø Stil-Beschreibung

Ninjutsu, oder auch bekannt als Bujinkan Budo Taijutsu, zählt zu den japanischen Koryu Stilen. Dies bezieht sich auf die Kampfkünste, deren Ursprung vor oder noch während der Tokugawa Periode (1603-1868) war.

Im Bujinkan werden 9 Ryu (Stile) durch Großmeister Hatsumi überliefert. Dabei sind in den neun Ryu 6 Samuraischulen enthalten, aus denen sich im Laufe der Zeit die verschiedenen japanischen Kampfkünste wie z. B. Karate, Judo, Aikido und andere entwickelten.

Die Kampfkunst zeichnet sich durch ihre Vielseitigkeit aus. Es werden Schlag-, Tritt-, Hebel-, und Wurftechniken, sowie viele traditionelle Waffenarten unterrichtet.

Ninjutsu entstand aus dem Nutzen des Selbstschutzes heraus und wurde nie zu einem Sport sondern blieb im Kern reines Budo, weshalb es auch keine Wettkämpfe gibt.

## Ø Trainingszeiten:

Freitag	17 bis 19 Uhr	Dojo
Samstag	15 bis 17 Uhr	Dojo

## Ø Trainer

Alexander Götz

## Ø Kontakt

0160/8545080,  
[bujinkan-donauwoerth@gmx.de](mailto:bujinkan-donauwoerth@gmx.de)

## Mitgliedsbeiträge 2017 (jährlich)

### VSC Hauptverein

Aufnahmegebühr (einmalig)	20,- €/Jahr
Erwachsene (ab 18 Jahre)	76,- €/Jahr
Senioren (ab 65 Jahre)	40,- €/Jahr
Jugendliche (bis 17 Jahre)	48,- €/Jahr
Kinder (bis 12 Jahre)	38,- €/Jahr
Familienbeitrag ab 4 P. (auf Antrag)	176,- €/Jahr
Alleinerziehende ab 3 P. (auf Antrag)	128,- €/Jahr

### Abteilung Budo

Kinder bis 13 Jahre	€30,--
Jugendliche 14- 17 Jahre	€40,--
Erwachsene (ab 18 Jahre)	€50,--