

# **BUDOCLUB TOGGENBURG**

## **Jahresjournal 2024**



## **Jahresrückblick 2023 50 Jahre Budoclub Toggenburg**



Postadresse: Budoclub Toggenburg, Postfach 406, 9630 Wattwil

Internet: [www.bctoggenburg.ch](http://www.bctoggenburg.ch)

|                    |                                                                                                                     |                                                                                                           |                       |
|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| <b>Präsident</b>   | Ryser Mathias<br>Ernetschwilerstrasse 13<br>8737 Gommiswald<br><br>Tel. 055 280 41 86<br>praesident@bctoggenburg.ch | Bohl Urs<br>Schrändli 1708<br>9652 Neu St. Johann<br><br>Tel. 079 583 21 26<br>vize@bctoggenburg.ch       | <b>Vizepräsident</b>  |
| <b>Kassierin</b>   | Locher Manuela<br>Brendistrasse 15<br>9630 Wattwil<br><br>Tel. 071 988 76 45<br>kassier@bctoggenburg.ch             | Zogg Nicole<br>Bachstrasse 6<br>9607 Mosnang<br><br>Tel. 078 839 94 01<br>beisitzer@bctoggenburg.ch       | <b>Beisitzerin</b>    |
| <b>Aktuarin</b>    | Giezendanner Sabrina<br>Buechenstrasse 23b<br>9642 Ebnat-Kappel<br><br>Tel. 079 388 75 49<br>aktuar@bctoggenburg.ch | Tanner Roman<br>In der Farb 6<br>9608 Gantereschwil<br><br>Tel. 078 830 96 42<br>medien@bctoggenburg.ch   | <b>Medien</b>         |
| <b>RL Judo</b>     | Näf Leonie<br>Churfürstenstrasse 16<br>9642 Ebnat-Kappel<br><br>Tel. 078 891 05 90<br>judo@bctoggenburg.ch          | Giezendanner Andreas<br>Oberdicken 721<br>9115 Dicken<br><br>Tel. 079 558 27 85<br>karate@bctoggenburg.ch | <b>RL Karate</b>      |
| <b>RL Ju-Jitsu</b> | Widmer Lea<br>Dottingen 30<br>9607 Mosnang<br><br>Tel. 079 288 50 57<br>jujitsu@bctoggenburg.ch                     | Frey Corina<br>Thurastrasse 58<br>9642 Ebnat-Kappel<br><br>Tel. 079 886 53 21<br>material@bctoggenburg.ch | <b>Materialchefin</b> |
|                    |                                                                                                                     | Fässler Stefan<br>Austrasse 2<br>9606 Bütschwil<br><br>Tel. 079 558 38 25<br>js-coach@bctoggenburg.ch     | <b>J+S Coach</b>      |
| <b>Revisor</b>     | Roditscheff Bruno<br>Grundschwendi<br>9633 Bächli<br><br>Tel. 071 377 26 43                                         | Neher David<br>Felsensteinstr. 3<br>9642 Ebnat-Kappel<br><br>Tel. 079 946 48 91                           | <b>Revisor</b>        |

# **Einladung**

**Zur Hauptversammlung  
auf den Samstag, den 6. April 2024, 19.00 Uhr  
im Restaurant Traube in Wattwil**

***Liebe Budokainnen, Budokas, Gönner- und Passivmitglieder, sehr geehrte Damen und Herren***

***Der Budoclub Toggenburg lädt Sie recht herzlich ein zu den folgenden Traktanden:***

1. Begrüssung und Wahl der Stimmenzähler  
(Stimmberechtigung und Anzahl der Anwesenden wird durch den Eintrag in eine Präsenzliste festgestellt)
2. Jahresberichte des Präsidenten und der technischen Kommission
3. Jahresrechnung 2023 des Kassiers, Schlussbericht der Revisoren
4. Budget 2024
5. HV-Protokoll 2023
6. Wahlen (Wahljahr)
7. Anträge  
- Vorstand und Mitglieder
8. Allgemeine Umfrage

Die Rechnung kann mit sämtlichen Belegen und dem Antrag der Revisoren beim Kassier eingesehen werden. Alle anderen Akten liegen beim Aktuar zur Einsicht auf. Der Vorstand und die technische Kommission freuen sich auf ein zahlreiches Erscheinen und möchten besonders die Eltern der bei uns aktiv trainierenden Kinder willkommen heissen.

***Nach der Hauptversammlung sind alle zu einem Nachtessen und gemütlichem Zusammensitzen eingeladen.***

Mit sportlichen Grüssen, Budoclub Toggenburg

Der Präsident



Mathias Ryser

## **Jahresbericht des Präsidenten für das Jahr 2023**

Liebe Mitglieder und Freunde des Budoclub Toggenburg

Als Erstes möchte ich euch allen ein gutes und erfolgreiches neues Jahr wünschen.

Das letzte Jahr stand ganz im Zeichen unseres 50 Jahr Jubiläums und so war während des ganzen Jahres immer etwas los. Was in den einzelnen Ressorts geleistet wurde, könnt ihr aus den Berichten der Ressortleiter entnehmen.

Die ganzen 50 Jahr Feierlichkeiten starteten mit der aufs Jubiläum ausgerichteten HV des Budoclubs. Aber schon im Herbst 2022 hatte im Hintergrund das dafür zuständige OK gestartet. Da wurden Ideen gesammelt und auch schon reserviert und organisiert was das Zeug hielt und so konnten alle Mitglieder ab der HV davon profitieren. Also an dieser Stelle schon mal allen Mitgliedern des OK ein riesiges Dankeschön. Was da zum Teil geleistet wurde, war einfach nur toll. Danke dafür.

Die HV fand im Restaurant Löwen in Ebnat-Kappel statt und der geschäftliche Teil ging wirklich rasant von Statten. Vermutlich freuten sich alle schon so auf das Essen. Bis zu diesem Zeitpunkt war das alles ja noch nichts Spezielles, aber dann wurde von Sarah Roos unser Wissen über den Budoclub Toggenburg getestet. Sie hatte ein Kahoot vorbereitet und allen machte es einen riesigen Spass. Allerdings mussten einige von uns älteren

Semestern erst einmal aufgeklärt werden was Kahoot überhaupt ist und wie man das Quiz dort spielt. Anschliessend zeigte Sarah noch eine Auswahl von Bildern von Clubaktivitäten der letzten Jahre. Es war eine ganz tolle Stimmung, die wir dann auch mit nach Hause nehmen konnten.

Der nächste Anlass fand am 17. Juni statt. Viele Aktive Mitglieder aller Altersstufen fanden sich am Morgen in Wattwil bei der neuen Rietwis Turnhalle ein. Wir wollten allen Besuchern den Budoclub vorstellen und näherbringen. Dazu hatten wir als Gäste die Kampfkunstschule Wattwil eingeladen. Den Besuchern wurde in zwei tollen Shows, Kampfkunst vorgeführt: Judo, Karate, Ju-Jitsu, Taekwondo und Kung Fu. Die Besucher waren begeistert und hatten selbst die Möglichkeit auf die Matte zu stehen und es auszuprobieren. Wir hatte auch Besucher aus Politik, Verband und Presse. Das hatte noch einen zusätzlichen Grund. Der Budoclub hatte die Hürde bewältigt und bekam das Label Sport-verein-t überreicht. Vielen Dank allen die das durch ihren unermüdlichen Einsatz möglich

gemacht haben. Am Abend trafen wir uns dann alle im Restaurant Thurpark zu einem guten Essen und gemütlichem Beisammensein, mit Unterhaltung und toller Livemusik.

Nach den Sommerferien trafen wir uns im Sportzentrum Kerenzerberg zum Jubiläums Trainingsweekend. Es war eine tolle Zeit mir Gasttrainern aus den Sparten Judo, Ju-Jitsu und ausserdem Kendo. Neben den Trainings in denen der Schweiß floss hatten wir auch Zeit unsere Freundschaften zu pflegen. Vielen Dank für die gute Organisation und auch allen Trainern, die sich zur Verfügung gestellt haben ein Training zu leiten.

Nur zwei Wochen später fand die Kidsreise statt. Wegen des Jubiläums war sie dieses Jahr zweitägig. Am Samstagmorgen trafen wir uns beim Dojo. Alles, was zur Übernachtung gebraucht wurde, konnte direkt im Dojo gelassen werden und dann ging es schon los ins Dinosaurier Museum in Aathal. Es war eine spannende Zeit dort. Danach ging es zurück zum Dojo. Dort gab es unter freiem Himmel das Nachtessen, bei herrlichem Wetter. Dann wurde alles für die Nacht vorbereitet. Wir schauten noch einen Film und anschliessend war es bald ruhig. Am Morgen gab es nach dem Frühstück noch ein paar Spiele und dann ging's nach Hause. Ein herzliches Dankeschön auch hier allen, die das organisiert und mitgeholfen haben.

Als letztes fand noch das spezielle Chlausturnier mit zusätzlichen

Mannschaftswettkämpfen statt. Die Beteiligung und der Einsatz der Wettkämpfer war wirklich toll. Die Stimmung aller Anwesenden war grossartig. Natürlich durfte auch der Samichlaus nicht fehlen und der Gritibänz. Ich war wirklich begeistert vom diesjährigen Chlausturnier. Auch hier vielen Dank allen die organisiert und mitgeholfen haben.

So war es ein wirklich tolles Jahr. Aus meiner Sicht ein würdiges Jubiläums Jahr.

Nun möchte ich zu guter Letzt noch einmal allen Danke sagen: Meinen Vorstandskollegen für die gute Arbeit die sie leisten, den Trainern für die Zeit und das Herzblut, dass sie einbringen, den Wettkämpfern dafür, dass sie unseren Namen in die Welt hinaustragen und würdig vertreten, unseren Gönnern und Sponsoren für die finanzielle Unterstützung, ohne die das alles nicht möglich wäre und zu guter Letzt bei allen Mitgliedern die sich im Verein einbringen. Vielen Dank euch allen.

Ich freue mich schon jetzt auf viele schöne Stunden mit euch zusammen im Club auch in diesem Jahr und hoffentlich in noch vielen weiteren Jahren.

Gommiswald im Februar 2024

Euer Präsident



Urs Bohl Holz Handwerk      Schneit      9650 Nesslau



Schreinerarbeiten  
Restaurationen  
Drechselarbeiten

079 583 21 26      [www.bohl-holz.ch](http://www.bohl-holz.ch)

# Jahresbericht Judo 2023

50 Jahre Budoclub Toggenburg und damit auch 50 Jahre Judo im Toggenburg. Das Jubiläums-Jahr mit vielen Höhepunkten ging zu Ende. Blicken wir gemeinsam zurück.

Unsere Wettkämpferinnen und Wettkämpfer waren auch dieses Jahr wieder fleissig im Einsatz. Begonnen hat das Wettkampfsjahr mit dem Schülerturnier in Gommiswald. Nicht weniger als 16 Toggenburger Judokas haben an diesem Turnier teilgenommen. Sehr erfreulich war auch die St. Galler Kantonalmeisterschaft. Der Budoclub Toggenburg konnte Kämpferinnen und Kämpfer von der Kategorie U11 bis zur Elite stellen.

Auch dieses Jahr konnten wir an unserem Chlausturnier die erfolgreichsten Kämpferinnen und Kämpfer mit dem Clubmeisterpokal auszeichnen. Lena Adamek (Schüler C & D), Luca Storto (Schüler A & B) und Janis Estermann (Jugend & Elite) erhielten den Clubmeisterpokal. Sie haben in ihrer jeweiligen Kategorie die meisten Punkte in diesem Jahr gesammelt und sich somit den Clubmeisterpokal gesichert. Ich hoffe, dass diese Auszeichnung ein Ansporn für unsere Wettkämpferinnen und Wettkämpfer ist, auch im kommenden Jahr fleissig zu

trainieren und an Wettkämpfen teilzunehmen.

Aber nicht nur bei den Wettkämpfen gab es Spannendes zu erleben. Im Mai konnten wir im Jugend- und Erwachsenentraining von René Brühwiler (6. Dan) als Gasttrainer profitieren.

Auch technisch haben sich unsere Judoka im vergangenen Jahr weiterentwickelt. 16 Judoka haben dieses Jahr an drei Prüfungstagen erfolgreich eine Kyu-Prüfung abgelegt - herzliche Gratulation!

Das absolute Highlight der Sektion Judo im Jahr 2023 ist die erfolgreiche Prüfung von Stefan Fässler und Marco Scherrer zum 2. Dan. Sie sind die ersten BCT-Judokas, die den zweiten Meistergrad erreichen. Die Prüfung zum 2. Dan legten sie vor den Experten des Schweizerischen Judo & Ju-Jitsu Verbandes ab. Die Prüfung zum 2. Dan besteht aus drei verschiedenen Teilen: der Katame-no-Kata (Festhaltegriffe und Hebel- sowie Würgetechniken), einem technischen Teil unter anderem mit Kombinations- und Kontertechniken und einer Theorieprüfung. Stefan und Marco absolvierten alle Prüfungsteile erfolgreich und durften den 2. Dan

von den Prüfungsexperten entgegennehmen. Zu diesem grossen Erfolg gratuliere ich euch im Namen der ganzen Sektion Judo von Herzen.

Beenden möchte ich meinen Bericht mit einem herzlichen Dankeschön an alle unsere Judotrainerinnen und -trainer. Woche für Woche investieren sie ihre Zeit, um unseren Judokas ein

abwechslungsreiches, anspruchsvolles und unterhaltsames Training zu bieten. Ihr Engagement verdient höchste Anerkennung und ich möchte mich ganz herzlich für die hervorragende Arbeit bedanken!

Leonie Näf  
Ressortleiterin Judo





Impressionen aus  
dem  
Judo





# REST. FALKEN

ST. BERNET

RICKENSTRASSE 49

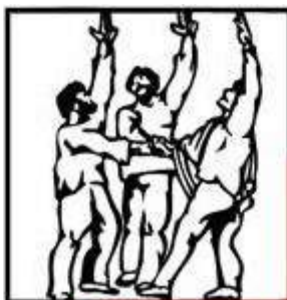
9630 WÄTTEL

SONN- UND FEIERTAGE GESCHLOSSEN

TEL. 071 988 11 51

falkenwaetwil@bluewin.ch

www.falken-waetwil.ch



# DREI

# EIDGENOSSEN

Restaurant . Bar. Pizzeria

Ebnaterstrasse 225, 9631 Ullisbach.

Tel. 071988 19 11 [www.restdreieidgenossen.ch](http://www.restdreieidgenossen.ch)

email: [restdreieidgenossen@gmail.com](mailto:restdreieidgenossen@gmail.com)

# Ju-Jitsu Jahresbericht 2023

In diesem speziellen Jubiläumsjahr haben wir im Ju-Jitsu viel erlebt.

Vom Februar bis März führten wir während sechs Montagabenden einen ausgebuchten Selbstverteidigungskurs für Frauen durch. Die Frauen und auch die Leiter/innen hatten viel Spass und konnten sehr viel Wissen weitergeben.

An der OFFA betreuten wir auch dieses Jahr wieder den Stand des Judoverbandes SG-TG-AR, dies am 21. April. Es waren Kinder und Leiter/innen aus dem Ju-Jitsu und dem Judo vor Ort und zeigten den Interessierten unseren grossartigen Sport.

Am 17. Juni folgte unser Jubiläumsanlass in der Rietwis in Wattwil. Hier zeigten wir unseren Familien, Freunden, Bekannten und anderen interessierten Besuchern unseren Sport.

Im Sommer, als letztes Training vor den Ferien, besuchten wir den Escape Room in Rickenbach bei Wil und versuchten uns im Rätsel-Teamwork.

Auch an einem super Jubiläums-Budoweekend, welches unser Verein organisierte, haben wir teilgenommen. Das Programm mit den internen und externen Trainern war sowohl sehr abwechslungsreich wie auch

herausfordernd und dennoch spielerisch.

Eine neue Gurtfarbe erkämpften sich unsere folgenden Trainingsmitglieder aus dem Kindertraining:

Ladina Bühler (4.5 Kyu), Yamiro Bürge (5. Kyu), Jan Haller (4.5 Kyu), Joy Koch (4. Kyu), Diego Ryser (4. Kyu), Zoe Wobmann (4.5 Kyu)

Und folgende erwachsenen Kämpfer/innen tragen mit neuen Gurtfarben:

Tobias Sonderer (5. Kyu), Sarah Roos (2. Kyu), Silvan Koch (3. Kyu)

Einen herzlichen Dank meinerseits und von Seiten der Trainierenden an unsere Trainer im Erwachsenen- und Kindertraining! Dies sind: David Neher, Manuela Pfiffner, Sarah Roos, Silvan Koch, Kathrin und Mathias Ryser. Dank euch durften wir während dem letzten Jahr viel lernen und ein abwechslungsreiches Training besuchen.

Ihr werdet nach der HV 2024 eine/n neue/n Ressortleiter/in haben im Ju-Jitsu. Vielen Dank für die tollen Stunden, die ich im Verein erleben durfte. Ich wünsche euch ein schönes kommendes Vereinsjahr!

Lea Widmer  
Ressortleiterin Ju-Jitsu



Impressionen aus  
dem Ju-Jitsu



# BÖGART®



Böschungsgarten



- als Ziergarten
- als Steingarten
- als Naturgarten
- als Kräutergarten
- für Sträucher und Stauden
- für Gemüse, Beeren und Obst
- für integrierte Stufen und Wege

Die wabenförmigen Leichtbauelemente aus Metall eignen sich gut, um Böschungen als Gartenfläche zu nutzen und um Unebenheiten im Gelände auszugleichen. Sie sind dekorativ, sehr robust und vielseitig. BÖGART- Elemente sind in verschiedenen Ausführungen erhältlich, hergestellt in der Schweiz.

[www.bögart.ch](http://www.bögart.ch)

# Karate Jahresbericht 2023

## Januar:

Das Karate Jahr startete mit den ersten Trainings in der Halle in Wattwil und im Dojo Thuroplast. Es wird an Drei Abenden pro Woche Trainiert unter der Leitung von Sensei Ernst Müller 2 Dan und Trainer Andreas Giezendanner 1 Dan. Ende Januar nahm Andreas Giezendanner am Zentraltraining in Lenzburg teil. Das Training in Lenzburg wurde von Beni Isenegger Sensei (6 Dan) geleitet. Schwerpunkte des Trainings waren Erneuerungen im Prüfungsreglement, sowie technische Abänderungen durch Angleichung an den Dachverband JKA (Japan Karate Association). Neu wird auch in Jedem Zentraltraining Kata Bunkai Trainiert. Bunkai bedeutet die Anwendung der Karate Technik. In diesem Training befassten wir uns mit der Kata Heian Shodan.

## Februar:

Im Februar Wird Fleissig weiter Trainiert.

## März:

Am 3 März trafen sich die Karatekas zu einem gemütlichen Fondue Chinoise im Restaurant Freihof in Dicken. Die Stimmung war sehr heiter und alle genossen den Abend.

Am Samstag den 4 März ging Andreas in das Zentraltraining in Lenzburg. Geleitet wurde Das Training von Andrea Kenel 6 Dan. Schwerpunkte im Training waren, korrekte stände, Kata Heian Nidan sowie Kaeshi Kumite. Kaeshi Kumite bedeutet Kampf Übung mit dem Partner. Bei dieser Übung wird der Angreifer gleich vom Verteidiger nach Abwehr des Angriffes auch angegriffen und muss sich auch verteidigen. Ziel der Übung ist es blitzschnell umschalten zu können von Angriff zu Verteidigung wieder zu Angriff.

## April:

Am 4. April besuchte Ernst Müller die JKA-Europameisterschaft in Sursee. Er genoss dort Karatesport auf höchstem Niveau wie er uns danach berichtete. Die Schweizer Karateka von unserem Verband konnten sich auch gut in Szenen setzen und holten: 1 Platz Team Kumite Damen Elite, 2. Platz Team Kata Damen Elite, 2. Platz Team Kata Herren Elite, 3. Platz Team Kumite Herren Und noch ein 3. Platz Einzel Kata Damen Elite.

Am 15 April führten Ernst und Andreas den Ferienpass Schnupperkurs im Dojo Thuroplast durch. Es haben 15 Kinder teilgenommen. Die Teilnehmer haben sehr begeistert

mitgemacht und kamen auch alle ins Schwitzen.

**Mai:**

Am 6 Mai nahm Andreas am nächsten Zentraltraining in Lenzburg teil. Sensei Thomaso Mini 7 Dan leitete durch das Training. Das Training startete mit einer Kombination aus verschiedenen

Grundschulelementen. Fokus war dabei die Standstabilität. Des Weiteren wurden die Katas Heian Sandan und Empi trainiert. Bei beiden Katas wurden Anwendungen Bunkai trainiert.

**Juni:**

Der Juni und auch schon das ganze Trainingsjahr stand im Zeichen vom 50 Jahr Jubiläum des Budo Clubs. Sensei Ernst Müller hat mit allen Trainings Teilnehmern eine Karate Vorführung einstudiert und natürlich in den Trainings geübt. An der Vorführung wurden Partner Kampfübungen (Kumite), Kampfabläufe nach vorgegebenem Schrittdiagramm und Technik Ablauf, genannt Kata und Freikampf, Kampfübungen genannt Jyu Kumite gezeigt. Am Abend versammelten sich die Mitglieder des Budo Clubs zum gemütlichen Nachtessen. Am Festabend würdigten die Karatekas noch ihren Sensei Ernst Müller. Dieser hatte in diesem Jahr schon sein 40igstes aktiv Jahr im Karate zu verbuchen

und bekam von seinen Schülern ein Foto Buch mit Impressionen aus dieser 40-jährigen, legendären Karate Geschichte. Auch musikalisch wurde der Abend vom Karateka Thomas Sutter wunderbar umrahmt. Auch wurde noch eine Kyu Prüfung durchgeführt. Safia Shokatova hat die Prüfung zum Gelbgurt bestanden. Gratulation und weiter so.

**Juli:**

1. Juli, Andreas besuchte das Zentral Training in Lenzburg. Sensei Dani Brunner 6. Dan leitete das Training. Im technischen Teil des Trainings werden Elemente aus dem Prüfungs Programm zum 3. Dan trainiert. Auch Kaeshi Kumite wird wiederholt trainiert. Am Schluss werden die Kata Heian Godan und Jion trainiert. Aus der Kata Jion werden zwei Hauptanwendungen trainiert. Bei der ersten wird mit dem Handballen ein Schlag abgewehrt und bei der zweiten mit der Unterseite der Faust und dem Fuss gleichzeitig.

**August:**

Im August fand das Alljährliche Sensei Sugimura Memorial Gasshuku in Bern statt. Andreas reiste für das samstags Training nach Bern. Am Morgen leitete Sensei Ogura 8. Dan das Training. Highlights des Trainings waren sicherlich das Training der

Schwarzgurt Katas Tekki Nidan und Gju Shio Dai. Meister Oguras Vorführungen der Kata Techniken und der Anwendungen waren sehr beeindruckend. Präzision Schnelligkeit und Kraft, alles vereint ergibt ein super Karate. Am Nachmittag Leitete Sensei Kurihara 6 Dan. Das Training. Bei Sensei Kurihara wurden viele verschiedene Kampfübungen Trainiert. Er verstand es das Training locker zu beginnen und kontinuierlich zu steigern bis am Schluss die Halle brodelte.

**September:**

Normaler Trainings Betrieb

**Oktober:**

Im Oktober fand das Alljährliche Herbst Gashuku statt. Andreas besuchte das samstags Training. Christan Mundwiler Sensei 6 dan. leitete das Kihon , Grundschule Training. Trainiert wurde eine Technische Kombination aus Blocks und Faust Techniken kombiniert mit Drehungen und Kicks.

Das Kata Training Leitete Sensei Kenle 6 Dan. Wir trainierten die Kata Gjou Shio Sho.

**November:**

Das Alljährliche Chlausturnier wurde am 27. November

durchgeführt. Es war ein Toller Anlass für Gross und Klein.

**Dezember:**

Am 9 und 10 Dezember Fand Das Landestraining in Lenzburg statt. Andreas ging an das samstags Training. Mit Sensei Mini 7 Dan wurde im ersten Training Kihon Trainiert. Sein Fokus lag auf den Karate Ständen. Stabile Stellungen ergeben Kraftvolle Techniken. Im Zweiten Training wurde mit Sensei Kenel 6 Dan. Die Kata Bassai Sho Trainiert. Hauptaugenmerk lag auf der Technischen ausführung sowie auf der Anwendung. Im Letzten Training, trainierten wir mit Sensei Brunner 6. Dan. Verschieden Kumite, Kampfübungen. Er betonte die Wichtigkeit des Kampfgeistes und der Kampfbereitschaft.

Dann ist das Jahr auch schon wieder zu ende, Besonderen Dank gilt unserem Dojoleiter und Sensei Ernst Müller. Er vermag es immer noch Jung und Alt immer wieder aufs Neue für Karate zu begeistern und entlockt so, so manche Schweiß Perle. Vielen Dank für die tollen Trainings.

Andreas Giezendanner  
Ressortleiter Karate



Impressionen aus  
dem Karate





# Giezendanner AG

**Zimmerei. Schreinerei. Architektur.**

## Restaurant Blume



offen: Donnerstag bis Montag

Gerne laden wir Sie ein  
zum GENIESSEN.  
Wir verwöhnen Sie,  
mit unserem kleinen aber feinen  
Angebot an Hausmannskost.

Familie Leuzinger  
Brandholz  
9642 Ebnat-Kappel  
071 993 18 04

[blumebrandholz.ch](http://blumebrandholz.ch)

# Chlausturnier Budoclub Toggenburg

25. November 2023

Zum Abschluss unseres Jubiläumsjahres trafen sich alle Sektionen am 25. November zum alljährlichen Chlausturnier in der Turnhalle Wier in Ebnat-Kappel. Egal ob jung oder alt, alle hatten die Möglichkeit sich zu beweisen. Sei es als Helfer:in, Schiedsrichter:in, Schreiber:in, in der Küche oder auf den Matten als Kämpfer:in.

Bereits um 9.00 Uhr starteten wir mit den ersten Kämpfen. Wie immer war es einfach toll allen Kämpfer:innen der Sektionen Karate, Ju-Jitsu und Judo zuzuschauen. Alle waren mit Herzblut dabei. Auch das Publikum war begeistert und motivierte die Kämpfer:innen.

Nach einigen Kämpfen läutete plötzlich eine Glocke. Da standen der Samichlaus und sein Schmutzli auch schon in der Turnhalle. Er sagte ein paar Worte zu den Kämpfer:innen und ihren Trainern. Zum Schluss schenkte er allen einen Gritibänz. Das War das Highlight für viele Kinder.

Nach dem überraschenden Besuch fanden noch die letzten Kämpfe statt, bevor wir auch

schon die Rangverkündung machen konnten.

Normalerweise wäre das Turnier an dieser Stelle zu Ende gewesen. Doch da wir Jubiläum feierten, gab es natürlich auch an diesem Anlass etwas Spezielles. Zum ersten Mal führten wir dieses Jahr einen Mannschaftswettkampf durch. Beim Mannschaftswettkampf gibt es drei oder mehr Mannschaften, die gegeneinander antreten. Jedes Kind/ jeder Jugendliche wird in eine Gewichtskategorie eingeteilt und kämpft gegen die Kinder/ Jugendlichen der anderen Mannschaften aus derselben Kategorie.

Am Ende gewinnt die Mannschaft, welche in den Einzelkämpfen mehr Siege erzielen konnte. Da wir in unserem Club ja drei Sektionen anbieten, wurden auch die Mannschaften aus Kämpfer:innen aus allen drei Sektionen zusammengestellt. Jeweils die Sieger (und einige zweitplatzierte) der Einzelkämpfe kamen in diese Mannschaften.

Nach einer kurzen Erklärung machten sich die Mannschaften bereit und schon ging es los. Es war wirklich toll zu sehen, wie alle

nochmals ihre Kräfte sammelten und ihr Bestes gaben. Auch das Publikum gab nochmals Vollgas, die Stimmung war super und so war das der perfekte Abschluss unseres Jubiläumsjahres.

Ich möchte mich ganz herzlich bei allen Helfer:innen, Trainer:innen, Kämpfer:innen und Besucher:innen für ihren Einsatz und diesen tollen Anlass bedanken und bis bald!

Sarah Roos





Impressionen vom  
Chlausturnier



## Rangliste Chlausturnier 2023 Judo

| Gruppe A                                                                                              | Gruppe B                                                                        | Gruppe F                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Maximilian Schwenke<br>2. Nik Lois<br>3. Sara Solomon                                              | 1. Noa Manni<br>2. Yara Schawalder<br>3. Béla Schröder                          | 1. Josias Bösch<br>2. Andres Birrer<br>3. Samia Haab<br>4. Emeley Hutter                                         |
| Gruppe G                                                                                              | Gruppe I                                                                        | Gruppe K                                                                                                         |
| 1. Daniel Schröder<br>2. Matteo Bühler<br>3. Raphael Egli<br>4. Merina Habtom                         | 1. Dalia Guaragnone<br>2. Jan Haller<br>3. Veit Keller<br>4. Laura Honegger     | 1. Sina Osterwalder<br>2. Lena Adamek [CM]<br>3. Jaro Schönenberger<br>3. Leandro Sonderer<br>5. Jasmin Honegger |
| Gruppe L                                                                                              | Gruppe M                                                                        | Gruppe N                                                                                                         |
| 1. Diego Ryser<br>2. Fabiano Bühler<br>3. Nora Länzlinger<br>4. Cheyenne Rüegg                        | 1. Lea Leuenberger<br>2. Joy Koch<br>3. Karina Bajenaru<br>4. Veronika Kalberer | 1. Giuliano Deanoz<br>2. Yelena Strassmann<br>3. Luc Stillhard<br>4. Thierry Hutter                              |
| Gruppe P                                                                                              | Gruppe Q                                                                        | Gruppe S                                                                                                         |
| 1. Luca Storto [CM]<br>2. Sandro meier<br>3. Alea Brunner<br>4. Elijah Schmid<br>5. Leo Zeidler-Duran | 1. Janis Estermann [CM]<br>2. Leon Koch<br>3. Bruno Hess                        | 1. Sven Schneider<br>1. Patrick Schweizer<br>1. Stefan Fässler                                                   |

[CM] = Clubmeister

## Rangliste Chlausturnier 2023 Ju-Jitsu

| Gruppe C                                                                | Gruppe D                                                              | Gruppe H                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| 1. Laura Honegger<br>2. Yamiro Bürge<br>3. Elia Ottino<br>4. Julia Koch | 1. Jan Haller<br>2. Leandro Sonderer<br>2. Joy Koch<br>2. Diego Ryser | 1. Stefan Bamert<br>2. Lane Seebahn<br>3. Malea Zuberbühler |
| Gruppe R                                                                |                                                                       |                                                             |
| 1. Thomas Heer<br>2. Manuela Pfiffner-Geisser<br>3. Hannes Sturm        |                                                                       |                                                             |

## Rangliste Chlausturnier 2023 Karate

| Gruppe E                                                            | Gruppe J                                                    | Gruppe O                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Safia Shokatova<br>2. Sabrina Scherrer<br>3. Michos Konstantions | 1. Nadja Scherrer<br>2. Nicolas Pedroza<br>3. Adrian Müller | 1. Andreas Giezendanner<br>2. Nicolas Frank<br>3. Thomas Sutter<br>4. Christoph Giezendanner |

# Chlausturnier 23.11.2024



Nach dem grossen Erfolg unseres letztjährigen Jubiläums-Chlausturniers, freuen wir uns jetzt schon auf unser nächstes Chlausturnier in diesem Jahr.

Wie schon im vergangenen Jahr gilt: **Alle Teilnehmer eines Kinder- oder Jugendtrainings des Budoclub Toggenburg gelten automatisch als angemeldet.** Sollte jemand aus einem zwingenden Grund nicht an diesem Anlass teilnehmen können, bitten wir um eine schriftliche Abmeldung.

Auch die älteren Mitglieder sind recht herzlich eingeladen an diesem Turnier teilzunehmen.

**EISENHOF**  
**Zürcher GmbH**  
*H. + M. Zürcher-Lieberherr*  
9650 Nesslau  
Tel. 071 994 18 36

Ihr Fachgeschäft im Toggenburg



**Wir beraten Sie gerne!**

Werkzeuge    Beschläge    Maschinen    Haushaltartikel    Glasi Hergiswil    Reparaturservice

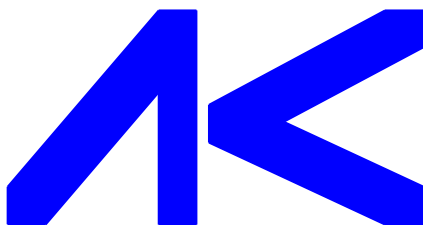
|                            |                                              |
|----------------------------|----------------------------------------------|
| <b>Montag – Freitag</b>    | <b>08.00 – 12.00 + 14.00 – 18.30 Uhr</b>     |
| <b>Mittwoch</b>            | <b>08.00 – 12.00, Nachmittag geschlossen</b> |
| <b>Samstag durchgehend</b> | <b>08.00 – 16.00 Uhr</b>                     |

**Wir verkaufen nicht nur, wir reparieren auch!**

---

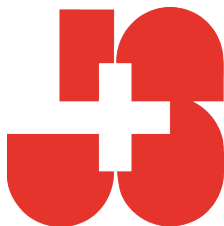
**Alex Keller AG**

Dipl. Bauingenieur HTLSTV



Ingenieurbüro  
für Hoch- und Tiefbau

9606 Bütschwil  
Landstrasse 14



## Jahresbericht J+S

### Traineraus- und -weiterbildung 2023

Nach zwei Jahren mit vielen Einschränkungen konnten wir 2023 endlich wieder voll durchstarten. Das war besonders wichtig, weil die Medien uns ständig mit neuen Krisen konfrontierten und auch sonst der Alltag immer stressiger wird. Da braucht man einen Ausgleich, um sich fit zu halten und den Kopf frei zu bekommen.

Ich möchte mich bei allen Trainern, Assistenztrainern, Aushilfstrainern und allen, die bei der Planung und Durchführung von Trainings, Wettkämpfen und anderen Aktivitäten mitgeholfen haben, ganz herzlich bedanken. Ihr seid super! Dank euch bleibt unser Sport attraktiv und die Kinder und Jugendlichen in unserem Verein erhalten weiterhin mit Unterstützung von Jugend + Sport (J+S). Ohne euch wäre Judo, Ju-Jitsu und Karate von Jonschwil bis zu den Churfürsten kaum so bekannt.

Zu Beginn des Vereinsjahres 2023 konnten wir mit dem Sportamt 7'750.38 Fr. für die angemeldeten Trainings von 2022 abrechnen. Leider gab es keine Sonderbeiträge mehr

und in den einen Erwachsenentrainings konnten die Mindestanforderungen bezüglich Anzahl Trainings mit mindestens drei Teilnehmern im J+S-Alter von 5 bis 20 Jahren nicht erfüllt werden, sodass diese nicht zahlungsrelevant waren. Somit sind die Beiträge zwar etwas tiefer als in den vergangenen drei Jahren aber immer noch höher als die zehn Jahre zuvor, was voraussichtlich auch fürs 2023 so bleibt.

Die sektionsübergreifende Trainer-sitzung fand endlich wieder physisch vor Ort im Rest. Schöntal in Ebnat-Kappel statt, und zwar am 11.01.2023. Es waren fast alle Trainer und Assistenztrainer dabei und sie wurden mit Fleisch- und Käse verköstigt. Der Event ist immer eine gute Gelegenheit, um Fragen zur Aus- und Weiterbildung zu klären und auf Probleme einzugehen. Wer mehr über J+S wissen möchte, kann sich gerne jederzeit bei mir oder meiner Nachfolgerin melden.

Da dieses Jahr mit dem Jubiläum bereits einige Events stattgefunden haben und beinahe alle Judo- und

Jiu-Trainer einen J+S-Fortbildungskurs besucht haben, wurde auf eine clubinterne Trainerweiterbildung verzichtet. Im aktuellen Jahr 2024 wird nebst den J+S-Fortbildungskursen ein clubinternes Trainer-Reisli organisiert zum Abschluss meiner Tätigkeit als J+S-Coach. Damit möchte ich mich für die jahrelange gute Zusammenarbeit mit einem solch tollen, jung gebliebenen und dynamischen Trainerteam bedanken.

Die Ziele für 2024 sind wie immer schon festgelegt und das Angebot ist zum ersten Mal für lediglich ein halbes Jahr angemeldet. So können die Kurse künftig dann jeweils von Sommer bis Sommer mit Semesterunterbruch in den Sportferien wie bei den Schulen organisiert werden, womit die Mindestanforderungen besser eingehalten werden können. Neben den wöchentlichen Trainings gibt es wieder eine Budo-Kids-Reise und ein Chlausturnier. Auf ein internes Budoweekend wird dieses Jahr verzichtet, jedoch fürs Frühjahr 2025 ein neues Wochenende gesucht,

welches hoffentlich weniger Terminkonflikte verursacht. Wir freuen uns auf viele Teilnehmer aus allen Sektionen an sämtlichen Anlässen vom bevorstehenden Jahr. Für alle Events ausserhalb der Trainings brauchen wir auch wieder Helfer, die sich sicher wieder finden werden.

Mit den bewährten Trainerinnen und Trainern weiterzuarbeiten stimmt mich glücklich. Ich freue aber auch auf neue Gesichter auf der anderen Seite der Tatami beim Rei. Wer also Lust hat, mitzumachen, kann sich gerne bei einem aktiven Trainer oder bei mir melden.

Ich wünsche allen Mitgliedern, Gönnern und ihren Familien ein erfolgreiches und unfallfreies Jahr 2024. Bleibt gesund und eurem Sport treu. Nutzt ihn als Ausgleich zum Alltag oder probiert als neue Herausforderung mal ein Training in einer anderen Sektion aus.

Stefan Fässler  
J+S – Coach

# Budoclub Kidsreise 2024



## Sei dabei am 7. September 2024

# ***Speiserestaurant Schöntal***



***Nach dem Sport  
der gemütliche Ort  
in Ebnat - Kappel***

## ***Gutbürgerliche Küche***

*Saal: 60 Personen*

*Stube: 24 Personen*

*Stübli: 16 Personen*

*Terrasse und Kinderspielplatz*

## **Familie**

**Monika + Köbi Geisser**

**Kapplerstrasse 25**

**9642 Ebnat – Kappel**

**071 993 19 91**

**rest.schoental@tbwil.ch**

---



**ABDERHALDEN**  
**HOLZBAU AG Wattwil**  
**www.abderhalden-holzbau.ch**



Impressionen von der  
Kidsreise





## **Jubiläums-Kidsreise**

**9. + 10. September 2023**

Am Samstag 9. September startete die Jubiläums-Kidsreise mit gut 40 Kindern und Leiter beim Dojo in Lichtensteig. Gemeinsam spazierten wir zum Bahnhof und nahmen den Zug Richtung Rapperswil. Da stiegen wir in den Zug nach Aathal um. Dort angekommen machten wir eine kleine z'Nüni Pause, bevor wir dann zum Dinosaurier Museum, liefen.

Um das Museum zu erkunden teilten wir uns in kleinere Gruppen auf. Jede Gruppe erhielt ein Dossier mit Rätseln und Fragen zu den Dinos im Museum. Es galt die Fragen und Rätsel zu lösen. Top motiviert stoben die Gruppen in unterschiedliche Richtungen auseinander.

Nach einiger Zeit trafen wir uns auf dem Spielplatz um+ zu Mittag zu essen. Die Erwachsenen genossen die Ruhe und die Kinder tobten sich auf dem Spielplatz aus.

Nach der Mittagspause ging es nochmals ab ins Museum und die letzten Fragen und Rätsel wurden beantwortet und gelöst.

Nach einem interessanten Tag im Museum ging die Reise zurück nach Lichtensteig zum Dojo.

Dort angekommen gab es für alle Hot Dogs zum z'Nacht.

Nach dem Nachtessen richteten wir uns alle für die Übernachtung im Dojo ein. Einige Kinder machten es sich mit ihren Schlafsäcken auf den Matten bequem, anderen richteten sich auf der Tribüne ein und einige hatten sogar eine eigene Luftmatratze dabei.

Natürlich war noch niemand müde und so schauten wir mit dem Beamer ein «Guet Nacht Gschichtli». In der Mitte des Films gab es eine kleine Pause. Alle deckten sich mit Knabbereien ein, nutzten die Zeit für eine WC-Pause und kuschelten sich dann wieder in ihre Schlafsäcke um den Film fertig zu schauen.

Nach dem Film waren alle müde, aber auch etwas aufgeregt wegen der Übernachtung. Doch schliesslich siegt die Müdigkeit und es wurde ganz still im Dojo.

Am nächsten Morgen waren alle ausgeruht. Wir starteten mit einem ausgiebigen Frühstück. Es hatte für jeden das richtige dabei: Zopf, Nutella, Konfi, Butter, Milch, Orangensaft, Joghurt, Frühstücksflocken.

Nach dem Frühstück gab es einiges zu tun. Zuerst mussten wir alles aufräumen und das Dojo wieder auf Vordermann bringen. Da wir sehr schnell waren, blieb danach noch etwas Zeit für ein paar sportliche Spiele auf den Matten. Zum Abschluss erhielten

alle Kinder ein Jubiläumsgeschenk und gingen glücklich aber auch etwas müde nach Hause.

Vielen Dank an alle Leiter und Leiterinnen!

Sarah Roos





Impressionen von der  
Kidsreise



# FreiElectro

by techcom.ch

9642 Ebnat-Kappel 071 993 20 08

## Lehrling gesucht

**Vertrauen**

**Kompetenz**

**Innovation**

**GEMEINSAM ZUM ERFOLG**

- Elektroinstallationen
- Mobilität
- IT + Telematik
- Gebäude-, Heizungs-, Lüftungs-Automationen
- Maschinensteuerungen
- EVU-Dienstleistungen
- Energiemanagement + Photovoltaik-Lösungen
- Industrieunterhalt

**Wir gratulieren zu den bestandenen Gurtprüfungen:****Judo**

|                       |          |
|-----------------------|----------|
| Stefan Fässler        | 2. Dan   |
| Marco Scherrer        | 2. Dan   |
| Christian Rüdlinger   | 4. Kyu   |
| Leandro Sonderer      | 4. Kyu   |
| Leo Zeidler Duran     | 4. Kyu   |
| Raphael Egli          | 4 ½. Kyu |
| Josias Bösch          | 5. Kyu   |
| Andres Birrer         | 5. Kyu   |
| Cheyenne Rüegg        | 5. Kyu   |
| Daniel Schröder       | 5. Kyu   |
| Noa Manni             | 5. Kyu   |
| Thierry Hutter        | 5 ½. Kyu |
| Veronika Kalberer     | 5 ½. Kyu |
| Elena-Karina Bajenaru | 5 ½. Kyu |
| Nora Länzlinger       | 5 ½. Kyu |
| Béla Schröder         | 5 ½. Kyu |
| Marina Habtom         | 5 ½. Kyu |
| Desta Mebrhabtom      | 5 ½. Kyu |

**Ju-Jitsu**

|             |        |
|-------------|--------|
| Sarah Roos  | 2. Kyu |
| Silvan Koch | 3. Kyu |
| Joy Koch    | 4. Kyu |
| Diego Ryser | 4. Kyu |



|               |          |
|---------------|----------|
| Ladina Bühler | 4 ½. Kyu |
| Jan Haller    | 4 ½. Kyu |
| Zoe Wobmann   | 4 ½. Kyu |

|                 |        |
|-----------------|--------|
| Tobias Sonderer | 5. Kyu |
| Yamiro Bürge    | 5. Kyu |

|                   |        |
|-------------------|--------|
| Stefan Bamert     | 6. Kyu |
| Fabio Bleiker     | 6. Kyu |
| Julia Koch        | 6. Kyu |
| Elia Ottino       | 6. Kyu |
| Lane Seebahn      | 6. Kyu |
| Leandro Sonderer  | 6. Kyu |
| Malea Zuberbühler | 6. Kyu |

柔術

## **Karate**

|                 |        |
|-----------------|--------|
| Safia Shokatova | 8. Kyu |
|-----------------|--------|

空手



## **Protokoll der Hauptversammlung des Budoclub Toggenburg vom 25. März 2023 im Restaurant Löwen, Ebnat-Kappel**

---

Vorsitz: Mathias Ryser

Protokoll: Sabrina Giezendanner

HV Beginn: 19.11 Uhr

Ort: Ebnat-Kappel, Restaurant Löwen

Entschuldigt: Kathrin Abderhalden, Max Blöchliger, Stefan Fässler

Stimmberechtigt: 33 Personen (Absolutes Mehr: 17 Personen)

Stimmenzähler: Thomas Heer, Silvan Koch

---

Traktanden:

1. Begrüssung und Wahl der Stimmenzähler
  2. Jahresberichte des Präsidenten und der technischen Kommissionen
  3. Jahresrechnung 2022 der Kassierin, Schlussbericht der Revisoren
  4. Genehmigung des Budgets 2023
  5. Genehmigung des HV-Protokolls 2022
  6. Präsidentenamt
  7. Anträge
    - Vorstand und Mitglieder
  8. Allgemeine Umfrage
  9. Abschluss
- 

### **1. Begrüssung und Wahl der Stimmenzähler**

Begrüssung aller Anwesenden durch den Präsidenten, sowie Hinweis auf das Jubiläumsjahr. Die Stimmenzähler werden einstimmig gewählt.

## **2. Jahresberichte des Präsidenten und der technischen Kommission**

Keine Anmerkungen.

Die Jahresberichte 2022 des Vorstandes werden genehmigt.

## **3. Jahresrechnung 2022 des Kassiers, Schlussbericht der Revisoren**

Die Jahresrechnung liegt zur Einsicht auf.

Es gibt keine Anmerkungen.

Der Revisionsbericht wird durch David Neher verlesen.

Die Kassierin wird einstimmig entlastet und verdankt.

## **4. Budget 2023**

Das Budget 2023 liegt zur Einsicht auf. Aufgrund des Jubiläums wird es mehr Ausgaben geben.

Es gibt keine Anmerkungen.

Das Budget 2023 wird einstimmig angenommen.

## **5. HV-Protokoll 2022**

Das HV-Protokoll 2022 wurde im Jahresjournal abgedruckt und vorab versendet.

Es gibt keine Anmerkungen.

Das HV-Protokoll 2022 wird einstimmig angenommen.

## **6. Präsidentenamt**

Es hat sich niemand für das Präsidentenamt gemeldet. Mathias Ryser würde sich noch ein weiteres Jahr als Präsident zur Verfügung stellen. Er bewirbt das Präsidentenamt und steht für Fragen jederzeit zur Verfügung.

## **7. Anträge**

Anträge vom Vorstand:

- Annahme Sport verein-t
  - Vorstellung des Konzepts durch Leonie Näf
  - Die Zustimmung wird einstimmig erteilt
- Statutenanpassung
  - Zur zentralen Datenablage, vorgestellt durch Leonie Näf
  - Artikel 2: Zusatz, dass Club nicht gewinnorientiert wirtschaftet
  - Artikel 28: Auflösungsklausel bezüglich Aktiven anpassen

- Besitzt der Club Aktiven, so gehen diese auf eine Organisation mit ähnlichem Zweck über.
- Die Statutenanpassung wird einstimmig angenommen.

Es sind keine Anträge von Mitgliedern beim Vorstand eingegangen

## **8. Allgemeine Umfrage**

- Die Teilnahme am Chlausturnier ist für alle Teilnehmenden eines Kinder- oder Jugendtrainings ab 2023 obligatorisch, eine Abmeldung hat schriftlich zu erfolgen.
- Jubiläumsweekend wird durch Corina Frey vorgestellt und beworben
- Das Ressort Jiu-Jitsu hat erfolgreich einen Frauenselbstverteidigungskurs durchgeführt. David Neher verdankt alle Mitwirkenden und Helfer. Speziellen Dank an Lea Widmer für die gute Werbung.

## **9. Abschluss**

Der Präsident verdankt das Interesse aller Clubmitglieder am Verein, den Einsatz der Trainer und die Zusammenarbeit im Vorstand. Besonders freut ihn die Anwesenheit und Unterstützung unserer Gönner.

Der Club hofft auf eine rege Teilnahme an allen Jubiläumsanlässen.

Der grösste Anlass findet am 17.06.2023 statt, mit hoffentlich dem gesamten Club. Alle Daten sind im Jahresjournal zu finden.

Der Vizepräsident verdankt den Einsatz des Präsidenten.

Der offizielle Teil der HV wird geschlossen.

Es folgt das gemütliche Beisammensein mit Nachtessen und Unterhaltungsprogramm.

Der Präsident:  
Mathias Ryser

Die Aktuarin:  
Sabrina Giezendanner



## Die Zeit ist reif für mehr Raum!



Wir planen und realisieren:

Wintergärten • Verglasungen • Balkonanbauten • Treppen  
Geländer • Autounterstände • und vieles mehr

Gerne beraten wir Sie unverbindlich.

---

**Scherrer Metallbau** - Hof - 9620 Lichtensteig  
Tel. 071 988 57 53 - Fax 071 988 61 63 - [www.scherrer-metallbau.ch](http://www.scherrer-metallbau.ch)



Impressionen vom  
Jubiläumsanlass





Impressionen vom Jubiläums  
Trainingsweekend

# Trainingsplan Budoclub Toggenburg

## Judo

|            |                   |                                         |                            |                               |
|------------|-------------------|-----------------------------------------|----------------------------|-------------------------------|
| Montag     | 17.45 – 19.15 Uhr | Kinder                                  | Roos Sarah                 | Turnhalle Wier, Ebnat-Kappel  |
| Mittwoch   | 18.00 – 19.00 Uhr | Kinder/Junioren<br>Kampfttraining       | versch. Judotrainer        | Dojo Thuroplast, Lichtensteig |
| Donnerstag | 18.15 – 19.30 Uhr | Kinder                                  | Fässler Stefan             | Dojo Thuroplast, Lichtensteig |
|            | 19.30 – 21.00 Uhr | Junioren/Erwachsene<br>Aufbautraining   | Schweizer Patrick          | Dojo Thuroplast, Lichtensteig |
| Freitag    | 18.45 – 20.00 Uhr | Kinder                                  | Koch Martin und Roos Sarah | Dojo Thuroplast, Lichtensteig |
|            | 20.00 – 21.30 Uhr | Junioren / Erwachsene<br>Kampfttraining | Bohl Urs                   | Dojo Thuroplast, Lichtensteig |

## Ju-Jitsu

|        |                   |            |                               |                               |
|--------|-------------------|------------|-------------------------------|-------------------------------|
| Montag | 18.15 – 19.30 Uhr | Kinder     | Koch Silvan und Ryser Kathrin | Dojo Thuroplast, Lichtensteig |
|        | 19.45 – 21.15 Uhr | Erwachsene | Neher David                   | Dojo Thuroplast, Lichtensteig |

## Karate

|            |                   |                          |                               |                                   |
|------------|-------------------|--------------------------|-------------------------------|-----------------------------------|
| Dienstag   | 18.45 – 20.00 Uhr | Kinder/Jugend            | Müller Ernst                  | Dojo Thuroplast, Lichtensteig     |
| Mittwoch   | 18.15 – 19.15 Uhr | Kinder                   | Giezendanner Andreas          | Schulhaus Hochsteig, Lichtensteig |
| Donnerstag | 18.30 – 19.30 Uhr | Kinder<br>Kata-Wettkampf | Müller Ernst                  | Schulhaus Hochsteig, Lichtensteig |
|            | 19.30 – 21.00 Uhr | Erwachsene               | Müller Ernst<br>Sutter Thomas | Schulhaus Hochsteig, Lichtensteig |

## Wir gratulieren zur Geburt:



Lea und **Roman Tanner** zur Tochter **Rosa**

**Jessica** und Reese **Blignaut** zum Sohn **Tarik**

## Unsere Gönner 2023

\*\*\*\*\*

|                           |        |
|---------------------------|--------|
| Jeannot Roos              | 480.00 |
| Max Blöchlinger           | 200.00 |
| Urs Bohl                  | 200.00 |
| FreiElectro by techcom.ch | 200.00 |
| Manuela Pfiffner          | 200.00 |
| Alois Elsener             | 100.00 |
| Bruno Schmid              | 100.00 |
| Stephan Wallimann         | 100.00 |
| Ines Koch                 | 50.00  |
| Maya Näf                  | 50.00  |



- lichen Dank

## VERANSTALTUNGSKALENDER des BUDOCLUB TOGGENBURG für das Jahr 2024

|                       |                                                |
|-----------------------|------------------------------------------------|
| 23. März              | Judo Prüfungstermin                            |
| 5. April              | Grossreinigung Dojo                            |
| 6. April              | Hauptversammlung Restaurant Traube Wattwil     |
| 6. - 21. April        | Frühlingsferien                                |
| 9. – 12. Mai          | Judo / Ju-Jitsu Kata Kurs in Fiesch            |
| 29. Juni              | Judo Lichtensteiner Landesmeisterschaft        |
| 27. - 30. Juni        | Openair St. Gallen                             |
| 6. Juli – 11. Aug.    | Sommerferien, Sommerprogramm der Sektionen     |
| 7. Sept.              | Kidsreise aller Sektionen                      |
| 14. Sept.             | Budotag und Freundschaftskampf mit Arashi Yama |
| 21. Sept.             | Judo Prüfungstermin                            |
| 27. Sept.             | Grossreinigung Dojo                            |
| 28. Sept. – 20. Okt.  | Herbstferien                                   |
| 23. Nov.              | Chlausturnier Judo / Ju-Jitsu / Karate         |
| 21. Dez. – 5. Jan. 25 | Weihnachtsferien                               |
| 8. Jan. 25            | Trainersitzung alle Sektionen                  |
| 25. Jan – 2. Feb. 25  | Sportferien                                    |

Noch ohne Termin:

- Diverse technische Weiterbildungskurse von allen Sektionen
- J+S Kurse

## Etwas zum schmunzeln ...



... und dann war da noch:

Wenn Bruce Banner wütend ist, wird er zum Hulk.  
Wenn der Hulk wütend ist, wird er zu Chuck Norris.



"So umarmt er mich schon seit 21 Jahren ..."



"Woher weisst du, dass ich letzte Nacht wieder von Karate geträumt habe?"

## Preisliste 2024

### Sportartikel

| Artikel          |                         | Grösse   | Preis in CHF |
|------------------|-------------------------|----------|--------------|
| Kapuzenpullover  | Aufdruck BCT Kinder     | 98 - 164 | 42.-         |
|                  | Aufdruck BCT D/H        | XS - XXL | 49.-         |
| Softshelljacke   | Aufdruck BCT Kinder     | diverse  | 59.-         |
|                  | Aufdruck BCT D/H        | XS - XXL | 72.-         |
| Regenjacke       | Aufdruck BCT D/H        | S – XXL  | 125.-        |
| Judogi Standard  |                         | 120      | 45.-         |
|                  |                         | 130      | 50.-         |
|                  |                         | 140      | 55.-         |
|                  |                         | 150      | 60.-         |
|                  |                         | 160      | 65.-         |
|                  |                         | 170      | 70.-         |
|                  |                         | 180      | 75.-         |
|                  |                         | 190      | 80.-         |
|                  |                         | 200      | 85.-         |
| Judogi Shiai     | weiss/blau              | diverse  | Auf Anfrage  |
| Hosen einzeln    | weiss/blau              | diverse  | Auf Anfrage  |
| Obi (Gürtel)     |                         | diverse  | 12.-         |
| T-Shirt          | Kinder                  | diverse  | 15.-         |
|                  | Damen / Herren          | diverse  | 18.-         |
| Rucksack         | Stickerei BCT           |          | 20.-         |
| Badetuch         | Stickerei BCT           |          | 18.-         |
| Cap              | Stickerei BCT grau/blau |          | 10.-/17.-    |
| Trinkflasche Alu | Aufdruck BCT            |          | 7.-          |
| Glas             | Aufdruck BCT            |          | 6.-          |
| Sackmesser       | Aufdruck BCT            |          | 1.-          |
| Stoffaufnäher    | BCT oder Sektionen      |          | 5.-          |
| SJV Manual       | Judo/Ju-Jitsu/Kuatsu    |          | 20.-/25.-    |

### Mitgliederbeiträge

|                                                             |       |
|-------------------------------------------------------------|-------|
| Kinder (bis zum 15. Altersjahr, es zählt der Jahrgang)      | 145.- |
| Jugendliche (bis zum 19. Altersjahr, es zählt der Jahrgang) | 190.- |
| Erwachsene (ab dem 20. Altersjahr, es zählt der Jahrgang)   | 300.- |

### Grundkurs (für Anfänger)

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| Kinder                   | 100.- |
| Erwachsene / Jugendliche | 150.- |

### Inseratkosten in diesem Journal

|                  |       |
|------------------|-------|
| Halbe Seite (A6) | 80.-  |
| Ganze Seite (A5) | 120.- |

# BUDOCLUB TOGGENBURG

Haben Sie nicht Lust, in unserem Club

## Aktivmitglied

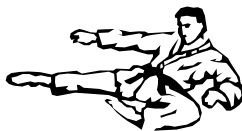
zu werden? Bei uns trainieren Personen von **4 - 80** Jahren.

**Lassen Sie sich in die faszinierende Welt dieser Kampfsportarten  
einführen**

**Lernen Sie Ihren Körper als Waffe einzusetzen und stärken Sie Ihr  
Selbstvertrauen**



☐ Judo



☐ Karate



☐ Ju-Jitsu



Bitte informieren Sie mich, wenn der nächste Grundkurs stattfindet

☐ Judo

☐ Karate

☐ Ju-Jitsu

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_ Wohnort: \_\_\_\_\_

Telefon : \_\_\_\_\_

Einsenden an: Budoclub Toggenburg, Postfach 406, 9630 Wattwil  
Oder Mail an : [praesident@bctoggenburg.ch](mailto:praesident@bctoggenburg.ch)