

### Faustball-Plauschturnier in Walzenhausen

**FAUSTBALL.** Am Sonntag, 29. Mai, führt der STV Walzenhausen sein traditionelles Faustball-Plauschturnier durch. Neu findet der Anlass in diesem Jahr vor den Sommerferien statt, und es wird nur noch in einer Kategorie gespielt. Eine Mannschaft setzt sich aus mindestens fünf Spielern zusammen, wobei maximal zwei aktive Faustballer des Jahrgangs 1997 und jünger oder ein aktiver Faustballer des Jahrgangs 1996 und älter sind. Anmeldungen sind möglich bis am Samstag, 14. Mai. Jedes Mannschaftsmitglied erhält einen Preis, und am Turnier selbst steht eine leistungsabhängige Festwertschaft im Einsatz. (pd)

Anmeldung: frischknecht.m@bluewin.ch oder www.stv-walzenhausen.ch (News, Veranstaltungen)

### Fussballplausch des FC Au-Berneck

**FUSSBALL.** Am 24./25. Juni führt der FC Au-Berneck seinen Fussballplausch auf dem Sportplatz Degern durch. Im Vordergrund steht die Freude am Spiel. Gespielt wird in acht Kategorien: Pirnen und Spezial Legenden Rebbaube (beide am Freitag) sowie Behörden & Dorfverletzte, Sie + Er, Familien & Quartiere, Junioren B-D, Junioren C-E und Frauen (alle am Sonntag). Die Anmeldefrist läuft bis Freitag, 17. Juni. Anmelden kann man sich im Internet ([www.fc-au-berneck05.ch](http://www.fc-au-berneck05.ch)), telefonisch (078 801 68 08) oder mit einem Anmeldeformular, das an folgenden Orten auflegt: Rest. Monstein, Engel, Freibot, Liberty (Au), Rest. Brauerei, Rösli, Drei König (Berneck), Cafeteria bei Max (Isenbrugg), Volg Berneck, Beck Eschenmoser (Berneck) sowie den FC-Lokale Obendorf (Berneck) und Degern (Au).

# Wolfhändler Judoka reist an WM

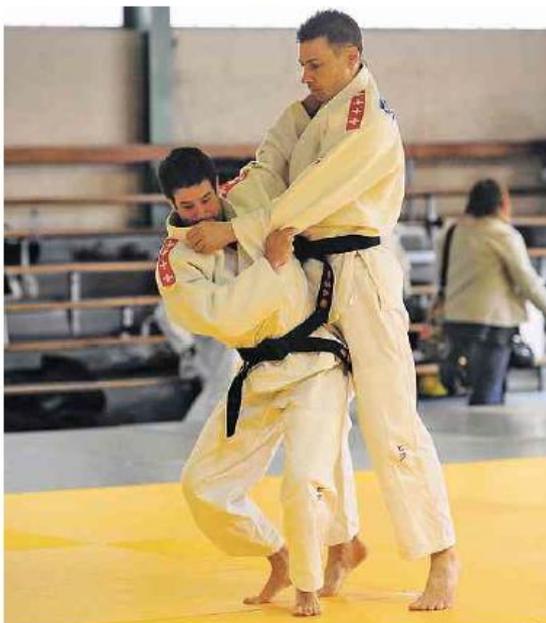
Oliver Zuckschwerdt aus Wolfhalden und Thomas Gschwend aus Roggwil vom Judo-Club Rorschach haben sich als Kampfduo für die Weltmeisterschaften in Frankfurt qualifiziert.

**JUDO.** Mit zwölf Teilnehmern reist der Schweizer Judo-Verband (SJV) Mitte Juni an die Weltmeisterschaften nach Deutschland. Zwei davon kommen aus der Ostschweiz und trainieren im Judo-Club Rorschach. Als Mitglieder des Swiss-Kata-Teams, der Nationalmannschaft des Schweizer Verbandes, haben sich die beiden Rorschacher Judoka Oliver Zuckschwerdt und Thomas Gschwend für die Weltmeisterschaften qualifiziert.

#### Die Form des Werfens

In der Kampfkunst Judo gibt es zwei Wettkampfformen: Shotō – der klassische Zweikampf – und Kata – die Form. Judo-Kata sind festgelegte Abfolgen von Techniken, die Prinzipien vermitteln. Im Wettkampf wird die Gesamtpräsentation bewertet und darauf geachtet, dass die einzelnen Techniken technisch perfekt ausgeführt werden. Das Team Zuckschwerdt/Gschwend wird für die Schweiz in der Nage no Kata, der Form des Werfens, starten. Die beiden demonstrieren in einem festgelegten Zeremoniell 15 Würf-techniken im Sinne von Angriff und Verteidigung. Die Würfe werden rechts und links vorgeführt und müssen möglichst perfekt gezeigt werden.

Seit gut drei Jahren sind Zuckschwerdt und Gschwend Mitglieder des Schweizer Nationalteams. Das Training für die Wettkämpfe findet neben den Treffen des Nationalteams in Liestal und Bern mehrheitlich in ihrem Heimatclub in Rorschach statt. Im Stützpunkttraining werden sie vom Nationalcoach Jean-Pierre Rysler (6. Dan) unterstützt und beraten. In Rorschach beim Helm-Training sind die beiden dann auf sich alleine gestellt. Zu Hause wird vor



**Perfekte Präsentation:** Thomas Gschwend (links) wirft Oliver Zuckschwerdt mit «Tsuru Goshi» nach einem Schlag-Angriff.

allem das Gelernte umgesetzt und etgeschillfen.

Neben diversen Medaillen an europäischen Turnieren, wurden sie im letzten Jahr Schweizer

Meister, belegten an den Europameisterschaften in Italien den sechsten Platz und schlossen an den Weltmeisterschaften in Budapest mit dem besten Schweizer

Resultat, dem neunten Rang, ab. Ziel in diesem Jahr ist es, wieder unter die besten zehn zu gelangen und die eigene Platzierung zu verbessern. Die starke Konkurrenz

kommt dabei vor allem aus Japan, Rumänien, Spanien und Italien.

#### Beharrlichkeit und Geduld

Bis dahin war es allerdings ein langer Weg. Beide haben bereits im Kindesalter mit Judo begonnen und die vielen Stufen im Judo durchlaufen. Wer Judo betreibt, braucht Geduld und Beharrlichkeit.

Diese hat sich ausgezahlt: Mittlerweile sind beide Judoka Träger des Schwarzen Gürtels und selbst Trainingsleiter. Woche für Woche engagieren sich die beiden ehrenamtlich im Judo-Club Rorschach und unterrichten selbst Kinder und Erwachsene. Sie wollen so einen Teil von dem zurückgeben, was sie selbst von ihren Lehrern erfahren durften. Ganz nach einem der Grundprinzipien des Judo-Gründers Professor Jigoro Kano: «Ji-ta-kyo-ai» (gemeinsames Gedenken). Daran sieht man auch, dass Judo nicht «nur» ein Sport, sondern auch Lebensweg und Philosophie ist. Wer lange Judo betreibt und sich intensiv mit dieser Kampfkunst auseinandersetzt, wird ein Teil davon. Die Grundprinzipien des Judo werden dann nicht nur auf der Matte angewandt, sondern werden zu einem Teil des Lebens.

#### Judo live in Rorschach

Wer Judo live und ganz in der Nähe erleben möchte, hat am Sonntag, 15. Mai, in Rorschach die Gelegenheit dazu. In der Sporthalle findet das 21. Görteltturnier für Schüler statt. 120 bis 170 Schülerinnen und Schüler aus der ganzen Ostschweiz messen sich im Zweikampf. Der Eintritt ist frei und Zuschauer sind herzlich willkommen. (pd)

Infos: [www.judo-rorschach.ch](http://www.judo-rorschach.ch)