

JAHRESBERICHT 2004

- 08.01. Trainingsbeginn**
- 02.02. Vorstandssitzung**
- 07.02. Gürtelprüfung**
Prüfer: Buda Myriam
Beisitzer: Hörtenhuemer Birgit
- 21 x 6/5. Kyu
2 x 5. Kyu
- 21.02. Int. Judenburger Judo-Wandertrophy 2004**
6 Nationen, 52 Vereine und 204 Starter - dies sind die eindrucksvollen Zahlen der diesjährigen Int. Judo-Wandertrophy in Judenburg.
Unter ihnen zwei Judokas vom Judo Club Montafon!
Birgit Hörtenhuemer erreichte in der Klasse Damen -63 kg den sensationellen **2. Platz**. In der Klasse Damen -70 kg ging **Karin Marent** ebenfalls mit der **Silbermedaille** nach Hause.
Diese Spitzenergebnisse für den Judo Club Montafon stellen eine gute Ausgangsbasis für die diesjährige Staatsmeisterschaften in Leibnitz dar.
- 28.02. ÖEM Allg. Kl. in Leibnitz**
Hörtenhuemer Birgit und **Marent Karin** nahmen an dieser ÖEM unter der Betreuung vom LZ teil.
Leider kamen sie nicht über die Vorrundenkämpfe hinaus. Trotzdem ein gutes Training für die beiden.

- 07.03. 1. Runde und zugleich Landesmeisterschaft U15, Frauen, M-U20 in Bregenz**
Betreuer: Wolf Thomas, Hörtenhuemer Birgit
- LEM U15 und 1. Runde:
9 Teilnehmer
1. Platz und zugleich Landesmeister: **Steber Dominik** - 50 kg
2. Platz Fritz Dominik - 34 kg
2. Platz Farkas Jakob - 38 kg - er verletzte sich im Finale am Ellenbogen und musste am nächsten Tag operiert werden.
3. Platz Wörnschmi Sarah - 40 kg
3. Platz Brugger Corinna + 48 kg
- LEM Männer U20:
1. Platz und zugleich Landesmeister: **Mangeng Patrick** - 55 kg
2. Platz Leitner Sebastian - 55 kg
2. Platz Loretz Markus - 90 kg konnte wegen zuwenig Startern nicht - 81 kg kämpfen
3. Platz Fritz Andreas - 55 kg
3. Platz Loretz Markus open
- LEM Damen:
1. Platz und zugleich Landesmeisterin: Hörtenhuemer Birgit - 63 kg nochmals 1. Platz für **Hörtenhuemer Birgit** open - somit wurde sie „**Doppellandesmeisterin 2004**“
3. Platz Marent Karin open - sie konnte wegen zuwenig Teilnehmern nicht in ihrer Gewichtsklasse - 70 kg starten
- 09.03. - 15.03. Sport-Mental-Coach-Ausbildung** im Kloster Viktorsberg
unter der Leitung von Kurt Grabher
Teilnehmer: Hörtenhuemer Birgit, Marent Karin und Buda Myriam
- 14.03. 29. Int. Rheintalturnier in Diepoldsau**
Betreuer: Thomas Wolf
Bei den Damen Allgemeine Klasse standen Birgit Hörtenhuemer (-63 kg) und Karin Marent (-70 kg) auf den Matten. Beide konnten mit je einem guten 5. Platz in ihrer Gewichtsklasse nach Hause gehen.
- 15.03. 29. Int. Rheintalturnier in Diepoldsau**
Betreuer: Birgit Hörtenhuemer
Dominik Steber konnte einen sensationellen **3. Platz** in der Klasse männlich U14 – 50 kg erkämpfen. In der Vorrunde verlor Dominik Steber nur den Kampf um den Finaleinzug. Den Kampf um den 3. Platz machte er sehr spannend, erst in allerletzter Sekunde siegte er mit „Ippon“.
Dominik Fritz startete in der Klasse männlich U14 –33 kg.
- 22.03. Trainersitzung**
Thema: Herbert Senn
„Eigentlich Gruppensitzung“ Sitzung endete ohne Ergebnis.
- 27.03. Rücktritt von Herbert Senn**
Er legt die Funktion als Sportwart und Erwachsenentrainer nieder

- 28.03. LEM Männer, M-U17, F-U17, Schüler-U11 in Dornbirn /Edlach**
 Teilnehmer: 10
 Betreuer: Hörtenhuemer Birgit und Wolf Thomas
 Vier Vizemeistertitel: Zum ersten Mal dabei und gleich einen **2. Platz** für **Rebecca Heel** - 34 kg und **Pascal Prusina** - 42kg
U17: 2. Platz für **Patrick Mangeng** - 60kg und **2. Platz** für **Markus Loretz** - 81 kg
- 05.04. Vorstandssitzung**
 Wolf Thomas wird einstimmig als sportlicher Leiter gewählt
- 17.04. „Für eine saubere Marktgemeinde“**
 Mehr als 160 Teilnehmer nahmen bei der Landschaftsreinigung teil.
 Für unseren Verein: Wörnschimmel Sarah, Mirzakhanov Gilani, Wolf Dominik
 Wolf Raphael und Wolf Rosmarie
- 23.04. Bundesligakämpfe in Hohenems**
 LZ-Hohenems gegen JC-Mühlviertel (10 : 4)
 Technikbeobachter: Birgit und Thomas
- 25.04. LEM Schüler U13 in Schwarzach**
 Teilnehmer: 18
 Betreuer: Hörtenhuemer Birgit, Wolf Thomas
 Bei der diesjährigen Einzelmeisterschaft der Schüler U13 in Schwarzach ging **Claudia Salzgeber** mit dem Titel „**Schülermeisterin U13**“ von der Matte. Claudia gewann die Klasse Schüler weiblich U13 +48 kg.
Weitere drei Vizelandesmeistertitel gingen an die Judokas des JC Montafon.
Chantal Marent wurde Zweite in der Klasse weiblich –40 kg. **Gilani Mirzakhanov** (männlich –46 kg) erkämpfte sich bei seinem ersten Wettkampf auch den 2. Platz. Und auch **Lukas Konzett** wurde Vizelandesmeister in der Klasse männlich +50 kg. Dahinter auf dem **3. Platz** landete **Julian Steber** mit einer hervorragenden Kampfleistung. **Marco Vallaster** (männlich –38 kg), **Rebecca Heel** (weiblich –32 kg) und **Sarah Wörnschimmel** (weiblich –40 kg) erkämpften sich auch **je einen 3. Platz**.
- 26.04. Trainerbesprechung im Lädle**
 Anwesende Trainer: Birgit, Myriam und Thomas
- 08.05. SCH-LL 2. Runde in Hohenems**
 Teilnehmer: 14
 Betreuer: Wolf Thomas und Hörtenhuemer Birgit
 Insgesamt gingen ein 1. Platz und sieben 3. Plätze an den JC Montafon.
Dominik Steber verließ die Matte auch bei der 2. Schülerrunde mit dem **1. Platz** in der Klasse –50 kg.
Je ein 3. Platz ging bei den Burschen an **Pascal Hecker** (-24 kg), **Dominik Fritz** (-34 kg), **Gilani Mirzakhanov** (-46 kg) und **Daniel Bitschnau** (-50 kg). Bei den Mädchen erkämpften sich **Rosalie Hepberger** (-32 kg), **Rebecca Heel** (-32 kg) und **Alexandra Amann** (-36 kg) eine **Bronzemedaille**.
- 22.05. Judo Erlebnisnacht muss wegen Regen verschoben werden**

- 28.05. Kegeln in Rodund**
und zugleich Abschluss der Gymnastik vor der Sommerpause
- 29.05. Judo-Erlebnismacht im Aktivpark in Tschagguns**
40 Mitglieder des Judo Club Montafons (30 Kinder plus Erwachsene) - Raus aus dem Judoalltag und Kraft tanken - und so ging es heiß her auf dem Trampolin, bei den Jumicars, auf der Kletterburg, usw. Nach dem Grillen erzählte man sich bis spät in die Nacht so manche Geschichte am Lagerfeuer.
- 07.06. Vorstandssitzung im Lädle:**
Teilnehmende Trainer: Wolf Thomas, Hörtenhuemer Birgit, Buda Myriam und Wolf Raphael
- 11.06. Bundesligakämpfe in Hohenems**
LZ-Hohenems gegen JC-Wattens (8 : 6)
Thomas und Birgit organisierten den Besuch mit 10 weiteren Judoclubmitgliedern
- 13.06. 8. Int. Montfort-Turnier in Feldkirch**
Teilnehmer: 10
Betreuer: Thomas Wolf und Hörtenhuemer Birgit
1. Platz: Steber Dominik - 55kg
2. Platz: Heckert Pascal - 25kg
Leider verloren 5 Judokas im Kampf um den 3. Rang
- 20.06. Hofsteig-Turnier in Schwarzach**
Teilnehmer: 17
Betreuer: Buda Myriam und Wolf Thomas
Bei diesem Turnier dürfen nur Judokas teilnehmen, die erst seit zwei Jahren Judo machen und maximal einen Gelbgurt tragen. Somit ist es das richtige Turnier um erste Kampferfahrungen zu sammeln. Nahezu perfekt präsentierten sich die Kämpfer des Judoclub Montafons!

17 Montafoner versuchten sich gegen die 230 startenden Kämpfer aus Deutschland, Schweiz, Liechtenstein und Österreich durchzusetzen. Den größten Erfolg konnte **Anna Kraft** mit einem hervorragenden **1. Platz** verbuchen. **Stemer Christina** und **Julian Steber** wurden jeweils **Zweiter**. **Brugger Corinna** und **Heel Rebecca** belegten je einen großartigen **dritten Platz**. Nur ganz knapp den dritten Platz verpasst haben Fritz Mathias, Feuerle Nico, Burger Christoph, Mirzakhanov Gilani und Hepberger Rosalie. Auch sehr gute Leistungen zeigten Wolf Dominik und Marent Joel auch wenn es noch nicht für eine Topplatzierung reichte.
- 02.07. Alpe Rona**
Geselliger Ausflug auf die Alpe Rona mit Armbrustschießen, Käse essen, grillen,...
- 05.07. Judo-Hock**
Bei Thomas und Manuela
- 07.07. letztes Training vor der Sommerpause**

15.08. - 21.08. 9. Int. Trainingscamp in Schruns/Tschagguns

Unter dem Motto „Sport, Spaß und Abenteuer“ verbrachten Schüler und Jugendliche zwischen 9 und 16 Jahren eine Woche im Schulsportzentrum Tschagguns. Der U17-Kader des Leistungszentrums Vorarlberg unter der Leitung von Emanuel Schinnerl, der österreichische Jugend – Nationalkader mit 22 Teilnehmern, Judokas des USK Rauris, 12 aus dem Montafon sowie Sportler aus anderen Vereinen nützten die Gelegenheit zu täglichem Frühsport und 3-stündigem Judotraining mit dem Nationaltrainer Rupert Rieß und mit Taro Netzer, assistiert von den Trainern des JC Montafon Thomas Wolf, Myriam Buda und Birgit Hörtenhuemer. Für ein abwechslungsreiches Freizeitvergnügen sorgten das Heimkino, die Disco, das Bullenrodeo, die Kletterwand, Schwimmbadbesuche, ein Grillfest und vieles mehr.

15.09. 1. Training

„Rückholaktion“

Mit einem einladenden Brief versuchten wir zahlreiche ehemalige Mitglieder zurückzugewinnen, und tatsächlich sind einige wieder zurückgekommen. Z.B. Hermann Wachter, Philipp Fleisch, Michael Mangeng, Jerome Heppberger, Fleisch Natalie, ...

17.09. Anmeldung für Anfängerkurs

Unter der Leitung von Myriam Buda und mit Unterstützung von Birgit Hörtenhuemer und Karin Marent startet der Anfängerkurs für Schüler ab Jahrgang 1996. 27 Teilnehmer
Mindestens 10 Kinder konnten von Miriam nicht aufgenommen werden.

06.10. Judo für Jerdermann(frau)

Anmeldung für den ersten Grundkurs speziell für Jugendliche und Erwachsene!
Kurs zum Erlernen von Fall-, Wurf- und Kampftechniken, Selbstverteidigung sowie allgemeine Konditions- und Fitnesssteigerung. Training ist jeden Mittwoch von 20.00 bis 21.30 Uhr, bis zu den Semesterferien 2005! Der Grundkurs kann im Februar mit dem gelben Gürtel abgeschlossen werden.
8 neue Mitglieder!

09.10. 3. Runde Schüler-LL U15 in Gisingen

In der Turnhalle der HS-Gisingen/Oberau standen zwei Schülerinnen des JC Montafon ganz oben auf dem Treppchen! 1. Platz für Christina Stemer (-32 kg) und Melissa Konzett (-40 kg)! 2. Platz für Gilani Mirzakhanov (-46 kg)
3. Plätze gingen an Sarah Wörnschimi (-44 kg), Corinna Brugger (+48 kg), David Stocker (-27 kg), Nico Feuerle (-34 kg) und an Daniel Bitschnau (+50 kg).
Bei einem selbst verschuldeten „Mattentaucher“ hat sich Dominik Steber im Nackenbereich verletzt.
Betreuer: Wolf Thomas, Marent Karin
Für die Schüler des JC Montafon war die 3. Runde die erfolgreichste in diesem Jahr.

07.11. 31. Int. Bodenseeturnier in Bregenz
Bei der 31. Int. Bodenseemeisterschaft gab es eine Medaillenflut für den JC Montafon. In der Schendlingerhalle in Bregenz standen die Montafoner 9-mal auf dem Treppchen.
Den **2. Platz** erkämpften sich **Julian Steber** (U11, +40 kg) und **Gilani Mirzakanov** (U13, -45 kg). Gilani gewann die Vorrundenkämpfe souverän mit „Ippon“. Im Finale konnte er die anfängliche Führung nicht über die Runde bringen. In der letzten Minute des Kampfes landete er auf den Rücken und musste sich geschlagen geben. Je einen **3. Platz** sicherten sich **Nico Feurle** (U11, -33 kg), **Pascal Hecker** (U13, -30 kg), **Dominik Fritz** (U13, -36 kg), **Christina Stemer** (U11, -33 kg), **Sarah Wörnschimi** (U13, +44 kg), **Anna Kraft** (U15, -44 kg) und **Corinna Brugger** (U15, +52 kg).
Insgesamt waren 210 Kämpfer aus fünf Nationen am Start.
Betreuer: Marent Karin und Hörtenhuemer Birgit

14.11. 4. Runde Schüler-LL U15 und LMM Männer in Schruns
Betreuer: Birgit und Thomas
Der Schüler-Landesliga-Bewerb 2004 endete für die Schüler des JC Montafon folgendermaßen: In der Klasse -32 kg **gewann Christina Stemer** souverän mit drei Siegen. Den **2. Platz** erkämpfte sich **Gilani Mirzakanov** (-46 kg). **3. Plätze** gingen an **Anna Kraft** (-44 kg), **Claudia Salzgeber** (+48 kg), **Dominik Fritz** (-38 kg), **Jakob Farkas** (-42 kg) und **Daniel Bitschnau** (+50 kg).

Vereinswertung 2004:

Die Schüler des JC Montafon erkämpften sich im Jahr 2004 insgesamt **65 Punkte** (1. Pl. = 4 Pkt., 2. Pl. = 2 Pkt, 3. Pl. = 1 Pkt.) und landeten auf dem **6. Platz** in der Vereinswertung. Mit 140 Pkt. siegte der UJC Hohenems souverän vor dem UJC Dornbirn und dem UJC Schwarzach

14.11. Vbg. Mannschaftsmeisterschaft der Männer in Schruns
Das Team des **JC Montafon** unter der Betreuung von Hörtenhuemer Birgit musste sich in der ersten Begegnung gegen das Leistungszentrum Vorarlberg mit 1 : 6 Siegen geschlagen geben. Die **Judoka des LZ Vlb.**, die erst Ende Oktober im Final-Four in Hohenems den 3. Platz in der österr. Bundesliga erkämpften, gewannen auch gegen den **UJC Hohenems** mit 6 : 1 Siegen und gingen somit mit dem 1. Platz von den Matten.

In der zweiten Begegnung kämpften die Montafoner beherzt und bezwangen die Mannschaft des UJC Hohenems souverän mit 6 : 1 Siegen. Sowohl Raphael Dona, Philipp Fleisch, Markus Loretz, Christian Födinger, Thomas Wolf und Hermann Wachter siegten mit „Ippon“. Mit diesem überraschend klaren Sieg sicherte sich das Team des **JC Montafon den 2. Platz** vor der Mannschaft des UJC Hohenems.

05.12. Nikoloturnier in Schwarzach
Durch die hervorragende Kampfleistung jedes Einzelnen sicherte sich das Team des JC Montafon mit insgesamt 45 Punkten den **2. Platz in der Vereinswertung**. Es waren 14 Vereine aus Vorarlberg, Tirol, Italien, Schweiz und aus Liechtenstein am Start. Der WSG Wattens siegte mit 51 Punkten, der 3. Platz ging an den UJC Hohenems mit 40 Punkten.
Als **Sieger** gingen **Christina Stemer** (U11, -32 kg), **Rebecca Heel** (U11, -36 kg), **Anna Kraft** (U15, -44 kg), **Julian Steber** (U11, +38 kg) und **Dominik Fritz** (U15, -38 kg) von der Matte.
Je einen **2. Platz** erkämpften sich **Alexandra Amann** (U15, -40 kg) und **Corinna Brugger** (U15, +52 kg).
3. Plätze gingen an **Dominik Wolf** (U11, -30 kg), **Lukas Konzett** (U15, +55 kg) und **Lisa Loretz** (U15, +52 kg).
Betreuer: Thomas und Birgit

12.12.

Danprüfung

Nach der langen und gründlichen Vorbereitung war es endlich so weit!
In der Volksschule Edlach in Dornbirn wurde die Danprüfung abgehalten.
Aus dem Land Vorarlberg stellten sich 12 Teilnehmer der schweren Prüfung,
sechs davon aus dem JC-Montafon. Dem hohen Niveau der Prüfung konnten nur
sechs Judokas standhalten.

Aus dem JC-Montafon bestanden:

1. Dan Födinger Christian
2. Dan Marent Karin
2. Dan Buda Myriam
3. Dan Wolf Thomas

Hörtenhuemer Birgit hat nur den Bereich der Nage no Kata nicht bestanden. Sie kann diesen kleinen Teil am 23.01.05 nachholen. Pfeifer Jörg schaffte die Gokyo nicht und hat mindestens ein Jahr Wartepflicht bis zum erneuten Prüfungsantritt.

13.12.

Gürtelprüfung

Vorsitzender: Wolf Thomas, Beisitzer: Buda Myriam, Marent Karin

- 1 x 6/5. Kyu
- 12 x 5/4. Kyu
- 13 x 5. Kyu
- 1 x 4. Kyu
- 1 x 4/3. Kyu
- 3 x 3. Kyu

18.12

Kegeln in Rodund

Die Judokas trafen sich mit Partner zu einem geselligen Kegelabend in Rodund. Nach einem gemeinsamen Abendessen und einem Lob an die Danträger ging es beim Kegeln lustig zu.

22.12.

Weihnachtsfeier

Anfänger, Fortgeschrittene und Erwachsene trainierten gemeinsam. Insgesamt 60 Judokas!!!

Bei der anschließenden Weihnachtsfeier wurden die Pokale des **Vereinscup 2004** übergeben.

1. Platz: Stemer Christina mit 15 Punkten
2. Platz: Steber Dominik mit 13 Punkten
3. Platz: Kraft Anna mit 10 Punkten

Gymnastik

Jeden Freitag von 20.00 bis 21.30 Uhr wurde von Myriam abwechslungsreiche, bewegungsintensive Gymnastik angeboten. **Mindestens 4 - 15 Teilnehmer!**

Allgemeine Trainingsabläufe und Gedanken:

Hörtenhuemer Birgit und Marent Karin trainierten bis März regelmässig beim LZ-Hohenems mit. Danach wurde Karin mehr in die Vereinsarbeit eingebunden und ging nicht mehr nach Hohenems. Zeitgleich verletzte sich Birgit an der Schulter und konnte am Training auch nicht mehr teilnehmen. Im Sommer begannen dann die Danvorbereitungen und somit blieb ihr keine Zeit mehr.

Derzeit stehen immer zwei Trainer pro Kindertraining auf der Matte. Meistens übernehmen Wolf Thomas und Hörtenhuemer Birgit das Montagstraining. Das Mittwochstraining wird von Wolf Thomas und Marent Karin geleitet. Den Anfängerkurs am Freitag leitet Buda Myriam, die von Birgit und Karin unterstützt wird.

Durch diese „Trainervielfalt“ haben die Kinder persönlich Zugang zu mehreren Trainern. So ergibt sich ein reibungsloser Trainingsablauf, auch wenn ein Trainer einmal verhindert ist. Alle Trainer kennen den jeweiligen Trainingsstand und können mit ihren unterschiedlichen Trainingsmethoden und Techniken auf die speziellen Bedürfnisse der einzelnen Kinder besser eingehen.

Von Vorteil erweist sich auch, dass Buda Myriam die Kinder vom Anfängerkurs in die Fortgeschrittene Gruppe mitbegleitet.

Je nach Meisterschaft besuchen Wolf Thomas und Hörtenhuemer Birgit gemeinsam oder einzeln die Turniere. Wobei sie vereinzelt von Buda Myriam und Marent Karin unterstützt werden. Da alle Trainer wie oben erwähnt die Kinder kennen, können sie diese bei den Kämpfen gut betreuen.

Dass das Trainerverhältnis zueinander und auch zu den Judokas hervorragend ist, zeigen auch sie stetig steigenden Trainingsteilnehmerzahlen.

Die Resultate der Trainersitzungen sprechen für sich. Sowohl die „Rückholaktion“ als auch der Anfängerkurs für Erwachsene waren große Erfolge.

Das Erwachsenentraining am Montag (bzw. im Herbst auch am Mittwoch) wird von Wolf Thomas gestaltet. Einmal im Monat übernimmt Buda Myriam diese Aufgabe.

In den nächsten zwei Jahren haben wir kein Potential für Jugendliche aus dem Kindertraining ins Erwachsenentraining. In diesen Bereich werden wir im künftigen Jahr besonders investieren müssen.

Weitere Ziele für die Zukunft:

Den Hauptaugenmerk sollten wir auf den Beibehalt der derzeit aktiven Judokas lenken. Wir müssen versuchen, das Training so attraktiv zu gestalten, dass sowohl die Fortgeschrittenen, die Anfänger und die aus der „Rückholaktion“ gerne weiterhin kommen. Auch wenn es schwierig ist, außertourliche Aktivitäten wie Kegeln, Besuch der Bundsligakämpfe, Alpe Rona,... zu organisieren, sollten wir dies auch weiterhin machen.

Abschlussbilanz 2004

LM-Mannschaft
1 x 2. Platz

LEM 5 x 1. Platz
11 x 2. Pl.
9 x 3. Pl.

SCHÜLERLIGA
4 x 1. Platz
2 x 2. Pl.
17 x 3. Pl.

INTERNATIONAL
7 x 1. Platz
10 x 2. Pl.
13 x 3. Pl.

MANNSCHAFTSWERTUNG BEI INT. TURNIER
1 x 2. Platz

3 Runden Schülerliga
7 Landeseinzelmeisterschaften
6 Internationale Turniere
1 Mannschaftslandesmeisterschaft
1 Int. Judo-Trainingscamp in Tschagguns
2 Anfängerkurse
2 KYU-Prüfungen
1 Gemeinschaftstraining (groß und klein)
1 Vereinscup
1 Staatsmeisterschaft Allg. Klasse
2 Teilnehmer beim LZ
1 Danprüfung
1 Sport-Mental-Coach-Ausbildung
3 Trainersitzungen
3 Vorstandssitzungen
1 Rückholaktion
1 Landschaftsreinigung
2 Besuche bei Bundesligakämpfen
2 Kegeln
1 Judoerlebnisnacht
1 Ausflug Alpe Rona
1 Judohock

SPORTWART
Wolf Thomas

TRAINER
Wolf Raphael

TRAINER
Hörtenhuemer Birgit

TRAINER
Buda Myriam