



Vereins- magazin

Heft 1/2022

Braunschweiger Judo Club e. V.
Fitness- und Freizeitsportzentrum



**Kostenlos zum Mitnehmen
für unsere Mitglieder und Freunde**



**Das Magazin des BJC zum Start
der Judo-Bundesliga 2022**



Hier findet ihr uns

	Kanal	
	Vereinshomepage https://www.braunschweiger-jc.de/	
	RSS-Newsfeed https://www.braunschweiger-jc.de/?feed=rss2	
	Kalender - BJC-Termine https://www.braunschweiger-jc.de/?feed=eo-events	
	Facebook http://fb.me/BraunschweigerJudoClub	
	Instagram https://www.instagram.com/braunschweiger_jc/	
	Twitter https://twitter.com/bs_judo_club	
	Youtube https://www.youtube.com/channel/UCs6KE-0Ag4nEWk2eOjT1ikw/	
	Klubkasse http://www.klubkasse.de/klub-page.html?club_id=2711	

Wir freuen uns über jeden Like, jeden geteilten Beitrag und jeden freundlichen Kommentar.

Inhalt

Inhalt	3
Editorial	4
Vorwort der Redaktion	5
Nachruf Andreas Lippelt	6
Jahreshauptversammlung 2022	8
Osterferien-Sport-Camp 2022	10
Landesturnier Langenhagen (ID-Judo)	16
Aikido-Techniken	18
Landesliga 2021	20
Landesliga 2022	22
Palästina-Spende	23
Die Mannschaft	24
Wichtige Kampfregeln	32
Kampftage 2022	34
Tabelle 2022	35
Die Mannschaft (Archivbild 2021)	35
Trainingszeiten - Sparten	36
Trainingszeiten - Judo	37
Termine	38
Kontakt / Impressum	39

Wir bedanken uns für jeden einzelnen Beitrag zu diesem Heft!

Über Inhalte und Anregungen für das nächste Heft freut sich die Redaktion unter:
vereinsmagazin@braunschweiger-jc.de

Editorial

Mit diesem ersten Heft im Jahr 2022 starten wir nach Monaten der Corona-Einschränkungen endlich mal wieder in so etwas wie die Judo-Normalität. Wir haben die Kampftage der neuen Judo-Bundesliga-Saison noch vor uns und beteiligen uns mit einer hochmotivierten Mannschaft. Wir sind in der Landesliga mit einer Damen- und einer Herrenmannschaft dabei. Im Bereich der Kinder und Jugendlichen hören wir von weiteren Erfolgen. Die Schnupperkurse sind ausgebucht und die Angebote im Breitensport ziehen immer mehr Teilnehmer an. So macht Vereinsleben Spaß!

Honner Hornuß hat seine Ankündigung, die er vor zwei Jahren gemacht hatte, nunmehr umgesetzt und sich in den, wie er das nennt, „Halbruhestand“ begeben. Die Vereinsmitglieder haben mich daraufhin als neuen Vereinspräsidenten gewählt. Ich bedanke mich für dieses Vertrauen! Und ich bedanke mich im Namen von uns allen für die langjährige Arbeit von Honner! Ich freue mich auf die Zusammenarbeit mit vielen bekannten Gesichtern. Nicht nur innerhalb unseres Vereins, sondern auch mit dem SFV Europa, mit dem uns viele Interessen verbinden. Aber auch Honner will uns weiterhin helfen, die bewährte Zusammenarbeit mit Institutionen und Sponsoren zu pflegen. Wir haben außerdem immer wieder von der Mitarbeit einzelner Vereinsmitglieder profitiert, die ohne viel Aufhebens einfach zugepackt haben. Danke dafür und weiter so!

Liebe Vereinsmitglieder, liebe Eltern, in den Corona-Jahren haben wir Mitglieder verloren. Umso mehr freuen wir uns heute über eine wieder positive Mitgliederentwicklung, über die Motivation zum Judo-Sport und über das Vertrauen in den Verein, seine Übungsleiter, Trainer.

Ich beobachte Zusammenhalt, gemeinsame Aktionen auch jenseits der Judo-Matte. Das freut mich, das macht eine lebendige Gruppe aus. Lasst uns diesen Geist gemeinsam weiterhin pflegen.

Herzliche Grüße,



Euer Eyke Ehrenberg
(Präsident Braunschweiger JC)

Vorwort der Redaktion

Wir haben 2022 und blicken wieder auf eine spannende Saison in der Judo-Bundesliga. Nachdem die Bundesliga im vergangenen Jahr komprimiert wurde, freuen wir uns nun wieder auf eine „richtige“ Saison mit 5 Kampftagen. Wir dürfen sogar 3 davon in unserem Dojo ausrichten. Das gibt allen die Möglichkeit, hautnah dabei zu sein und unser BJC Team zu unterstützen.

Bei der Gestaltung dieses Vereinsmagazins hat sich seit der letzten Ausgabe eine Veränderung ergeben. Wir beklagen den Verlust von Andreas Lippelt, der sich um Gestaltung und Layout gekümmert hat und das Magazin mit seinen herausragenden Fotos geprägt hat. Andreas hat uns viel zu früh verlassen. Er fehlt uns als Freund und Trainingspartner und unser Mitgefühl gilt seiner Familie.

Wir können die Lücke, die Andreas bei Erstellung des Vereinsmagazins hinterlassen hat, nicht so einfach von heute auf morgen schließen. Ohne auf seine Erfahrung zurückgreifen zu können haben wir das Vereinsmagazin neu gestalten müssen. Da war Improvisation notwendig und wenn's nicht ganz so gut wie früher gelungen sein sollte, so bitten wir um Verständnis.

Wir möchten euch Vereinshefte auch weiterhin anbieten. Das neue Team sind Günther Müller, der bereits als Chefredakteur zusammen mit Andreas Lippelt dieses Heft herausgegeben hat und Jens Nabert, der sich als Jugendreferent im Verein engagiert, sowie für alle digitalen Themen (Homepage, soziale Medien uvm.) der erste Ansprechpartner ist.

Inhaltlich möchten wir im Vereinsmagazin Themenschwerpunkte bilden, z.B. Herren Bundesliga, 60-jähriges Jubiläum, Damen Landesliga. Bitte gebt uns eure Anregungen für weitere Themenschwerpunkte. Auch eure Beiträge und Meinungen sind sehr willkommen und erhöhen die Attraktivität des BJC Vereinsmagazins.



Günther Müller
(Chefredakteur)



Jens Nabert
(Grafik & Layout)

Nachruf Andreas Lippelt

Der Braunschweiger Judo Club trauert um Andreas Lippelt, der plötzlich und unerwartet viel zu früh von uns gegangen ist.

Andreas kam durch seine Töchter zum Judoport. Er trainierte viele Jahre engagiert in unserer Erwachsenen-Gruppe und erreichte 2019 den 1. Dan. Als Judo-Papa unterstützte er mit großem Engagement seine Töchter Lenya und Marleen in ihrer Judolaufbahn.

Eine große Lücke hinterlässt er auch in der Vereinsarbeit, wo er als Grafik-Designer die Gestaltung unseres Vereinsheftes übernahm. Seine tollen Judo-fotos fanden weit über die Vereinsgrenzen hinaus viele Bewunderer.

Die Braunschweiger Judofamilie wird Andreas sehr vermissen. Unsere Gedanken sind bei seiner Frau und seinen drei Töchtern.

Für den Braunschweiger JC und die Braunschweiger Judofamilie

Honner Hornuß





Die Fotos auf dieser Seite sowie von der Titelseite zeigen spektakuläre Szenen des Heimkampfes der Judo-Bundesliga-Saison 2021 am 2. Oktober 2021 in der IGS Weststadt und wurden Andreas Lippelt aufgenommen.

Jahreshauptversammlung 2022



Foto von der Jahreshauptversammlung

Am 23. März fand die diesjährige Hauptversammlung des BJC im Vereinsheim statt. Unter den Rechenschaftsberichten der Mitglieder des Präsidiums und der Referenten bekam der Bericht des Vereinspräsidenten Honner Hornuß eine ganz besondere Bedeutung: Honner blickte auf viele Jahre Vereinsmitgliedschaft und Arbeit im Präsidium zurück, auf große sportliche Veranstaltungen, auf bemerkenswerte Erfolge von Vereinsmitgliedern und auf Investitionen, die den Verein zu einer der schönsten Budosportstätten in Niedersachsen gemacht haben. Dann gab Honner seine Entscheidung bekannt, den Posten des Präsidenten des BJC an Jüngere weiterzugeben und sich in den „Halbruhestand“ zu begeben. „Halbruhestand“ statt Ruhestand einfach des-

halb, weil Honner auch weiterhin die Beziehungen zu Institutionen und Sponsoren pflegen wird und bei Bedarf nach wie vor mit Rat und Tat zur Verfügung stehen wird.

Die anwesenden, stimmberechtigten Vereinsmitglieder wählten anschließend Eyke Ehrenberg für die nächsten zwei Jahre zum neuen Vereinspräsidenten, Johannes Rathgen für ein Jahr zum 1. Vizepräsidenten, Timo Wahlbrink für zwei Jahre zum Sportreferenten, Jens Nabert für zwei Jahre zum Jugendreferenten, Holger Löhner für zwei Jahre zu seinem Stellvertreter und Günther Müller für zwei Jahre zum Kassenprüfer. Peter Bittner wird weiterhin als Vizepräsident die Finanzen verantworten. Die Kassenprüfer bescheinigten ihm für 2021 eine kor-

rekte Arbeit. Heiko Reuper bleibt dem Verein als 2. Vizepräsident verbunden.

Eyke dankte Honner für die jahrelange erfolgreiche Arbeit im und für den BJC und gab einen ersten Ausblick auf seine eigene Arbeit für den BJC: Er wird sich weiterhin für den Wettkampfsport, insbesondere die 2. Bundesliga engagieren; die Breitensportler (eine erfreulich wachsende Gruppe) trainieren; die Kooperation mit dem SFV ausbauen, damit eine große Braunschweiger Judofamilie entsteht.

Zum Abschluss der Jahreshauptversammlung wählten die Vereinsmitglieder Honner Hornuß zum Ehrenpräsidenten des BJC.



Günther Müller
(Chefredakteur)

Paradies Wellness & Ästhetik Braunschweig



PARADIES

SPA & WELLNESS BRAUNSCHWEIG

Steinweg 4, 38100 Braunschweig

Telefon: +49 (0) 531 - 966 709 44

WhatsApp: 0152 - 144 861 76

E-Mail: info@paradies-braunschweig.de

Homepage: <https://paradies-braunschweig.de/>

Osterferien-Sport-Camp 2022

41 Kinder, 3 Vereine, 7 Betreuer, 4 Tage, 3 Nächte und das Ergebnis gleich vorweg: Unser Osterferien-Sport-Camp war anstrengend und hat irre viel Spaß gemacht!

Die Rede ist vom ersten Osterferien-Sport-Camp für Judokids des BJC, des SFV Europa und des TSV Meine. Vier Tage und drei Nächte voller Sport, Spiel und etwas Kultur. Die ersten Pläne, den Judokindern einen mehrtägigen Ausflug in den Harz zu bieten, waren bereits 2019 entstanden. Eine Harzüberquerung hätte es werden sollen mit sportlichen und kulturellen Zwischenstopps und quasi jeden Abend hätte eine neue Herberge erreicht werden sollen. Aber dann kam die Pandemie und die Fahrt wurde von den Osterferien '20 auf die Herbstferien, dann weiter auf Ostern '21 und erneut auf die Herbstferien

verschoben. Aus der Harzüberquerung war in den Köpfen inzwischen ein stationäres Camp mit viel naturnaher Erlebnispädagogik und Teambuilding geworden. Doch auch im Herbst 2021 sollte Corona noch keine mehrtägige Fahrt erlauben. Dafür wurde unterdessen vom Land das Programm "Lernräume" aufgelegt, um Kindern und jungen Erwachsenen Möglichkeiten zu schaffen, pandemie- und lockdownbedingte Defizite aufzuholen. Und so starteten endlich und tatsächlich am 5. April 2022 41 Kinder und sieben Betreuer*innen nach Clausthal-Zellerfeld in die Akademie des Sports. Und aufgrund der finanziellen Förderung waren viele tolle Programmpunkte möglich.





Den Auftakt machte ein Besuch im Oberharzer Bergwerksmuseum in Zellerfeld. Dort gab es eine spannende Führung durch das Schaubergwerk sowie den Pferdegeipel und die Kinder erarbeiteten sich in der Pochstube ein erstes Andenken sowie das Pochdiplom. Nach dem Mittagessen in der Steigerstube, einem Gewölbe unter einem der Museumsgebäude, ging es zu Fuß in die Unterkunft.

Kaum waren die Koffer und Taschen in den Zimmern verstaut, rief auch schon die erste Trainingseinheit die CampTeilnehmer in die Turnhalle. Dort mussten mit Namen beschriftete Luftballons ihren Besitzern zugeführt werden, es wurde Kettenfangen und Völkerball gespielt, zwei Teams mussten zeitgleich von verschiedenen Seiten aus eine Turnhallenbank überqueren und es wurde Kopf- und Handstand geübt.

Nach dem Abendessen ging es sportlich noch etwas weiter mit einem Lauftraining, gefolgt von Meditation, Yoga und einer Klangreise mit einer externen Trainerin aus Hahnenklee.

Am Mittwoch und Donnerstag wartete eine Fülle an Aktionen und Angeboten auf die Kinder. So wurde immer

wieder mit neuen Aufgaben an Basis- turnübungen wie Rädern, Standwaagen, Rollen, Kopf- und Handständen gearbeitet. Ein anderes großes Thema war die Verbesserung des Balancegefühls und der Koordination. Viele Aktionen zielten auf die allgemeine Kräftigung ab: gemeinsam Hindernisse überwinden, Siege erringen. In der Freizeit konnte gebouldert werden oder Tischtennis gespielt werden.

Feste gemeinsame Programmpunkte waren am Mittwoch Outdooraktionen vom "Überleben im Wald": Eine geführte Wanderung zu verschiedenen Zielen am Oberharzer Wasserregal, sowie ein Vortrag über "Tiere des Waldes" mit viel interessantem Anschauungsmaterial. Danach gingen zunächst die Weiß- bis Gelbgurte zum gemeinsamen Judotraining mit Sportfreunden der JKCS Goslar, während die höher graduierten Kinder Glaskugeln blasen oder etwas Freizeit genießen durften. Dann wurde gewechselt.

Am Abend hatten die CampTeilnehmer die Wahl zwischen kooperativen Gruppenspielen in der Turnhalle, einem Film, Partnermassage oder einfach nur Freizeit zur eigenen Verfügung.



Am Donnerstag ging es dann sportlich weiter. Erst mit engagiertem Frühsport zum Thema "Balance", dann einem vielseitigen Sportzirkel mit Parcours, Turnmatte, einer großen Fläche für Sportspiele und einem Bereich mit Kleingeräten wie Balancetellern und Gymnastikreifen.

Am Donnerstagnachmittag folgte ein vierstündiges Parcourtraining mit Trainern der Turngemeinde Wolfenbüttel e. V. Nach dem anstrengenden Tag und dem Abendessen konnten die Kinder noch einmal einen Film sehen. In der Zwischenzeit bauten die Betreuer einen Taschenlampenparcours auf. Die Kinder konnten dort noch lange ihre Taschenlampen ausprobieren und Verstecken in der dunklen Turnhalle spielen.

Der Frühsport am Abschlusstag bestand aus Taschenpacken und Zimmerräumen. Gleich nach dem Frühstück fuhren alle nach Bad Harzburg weiter in den Känguroom. Mit drei Stunden Trampolinspringen, Ninjaparcouraction sowie Toben im riesigen Indoorspielplatz. Nach dem Mittagessen und zurück im heimischen BJC-Dojo bildeten Laufspiele und Partnermassage den Abschluss. Einige Kinder beendeten das Osterferien-

Sport-Camp dann noch mit einer Einheit Judotraining.

Was bleibt sind viele tolle Erinnerungen, bunte Fotos, mundgeblasene Glaskugeln, Verbesserung der sportlichen Fähigkeiten und nicht zu vergessen die eine oder andere neue Freundschaft. Ein großer Dank geht an die vielen engagierten Betreuer, zum größten Teil aus dem Kreis der Elternschaft, die dieses Camp zusammen mit Stephan und Gaby Reif erst ermöglicht haben! Stefan hat sich als Sportlehrer eingebracht und die Antragstellung für die Fördergelder übernommen. Eric hat als Physiotherapeut Übungen zur Kräftigung, Verbesserung der Balance und Massageeinheiten angeleitet. René hat die

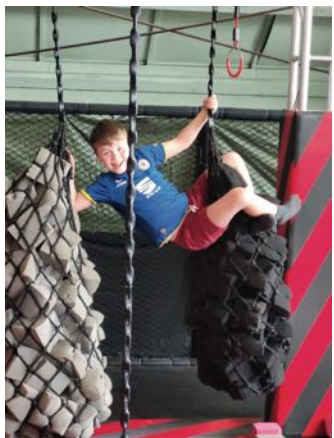




Fahrdienste übernommen und die spontan an Bord gekommene Julia ist überall da eingesprungen, wo mal wieder Hilfe gebraucht wurde. Magne, unser neuer, jugendlicher Assistenztrainer, hat seine Rolle zwischen Kindern und Erwachsenen perfekt und zuverlässig gespielt. Gelungen ist das Camp, weil auch die Kinder zu einer harmonischen, von Miteinander ge-

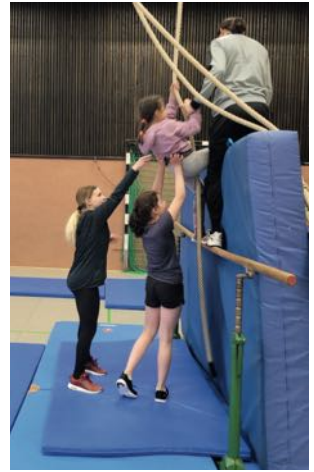
prägten Atmosphäre beigetragen haben.

Mit dem Ende des Camps 2022 denken wir schon wieder an das nächste Osterferien-Sport-Camp im Jahr 2023. Dafür hat uns die Akademie des Sports erneut einen Termin in ihrem Haus in Aussicht gestellt. Einige Kinder wünschten sich schon während



des Camps eine Verlängerung oder wenigstens eine Wiederholung im kommenden Jahr, am liebsten länger als im Jahr 2022. Daran wollen wir gerne zusammen mit vielen Helfern arbeiten!

Gaby Reif





H. Hornuß
SPORTARTIKEL

Seit 1993

AB SOFORT JUBILÄUMSANGEBOTE

- Judoanzüge (alle Marken)
- Judomatten
- Fachbücher Kampfsport
- Medaillen
- Urkunden
- und andere Artikel

Beratung und Verkauf: Braunschweiger Judo Club
Eisenbütteler Straße 1 | 38122 Braunschweig

Tel: 05302-3707 | Fax: 05302-804875

E-Mail: h.hornuss-sportartikel@t-online.de

PARGA HAUS

by Parga Wohnkonzept GmbH

Kirchweg 6a • 38104 Braunschweig • Telefon 0531-354079-0 • Fax 0531-354079-10

www.pragawohnkonzept.de

Landesturnier Langenhagen (ID-Judo)



Das Corona-Virus hat die Judoka mit Handicap besonders stark gebeutelt. In den Jahren 2020 und 2021 gab es keinen einzigen Wettkampf. Umso erfreulicher für uns alle, dass es jetzt endlich mit dem „Neustart-Turnier für ID-Judoka“ am 19.3. in Langenhagen wieder losging. Im Moment sind aber alle noch sehr vorsichtig. Von unserer Gruppe wollten und konnten nur 5 Judoka teilnehmen, in früheren Jahren waren es regelmäßig mindestens 10. Auch in vielen anderen Vereinen dominieren noch Vorsicht und Quarantäne. Letztlich fanden sich diesmal nur 17 Judoka ein.

Die „17 Aufrechten“ gingen mit guter Laune, Kampfgeist und Spaß an die Sache. Mussten doch mangels Masse Frauen mit Männern, Jugendliche mit Erwachsenen und Leichte mit Schweren kämpfen.

Unsere Braunschweiger Judoka hatten es besonders schwer, waren doch mit Selina Röhrig, Susanne Lauer, Ann-Christin Waldmann und Sian Camp mit 4 Frauen am Start und mit Marko Schneider mit einem Kampfesneuling, der erst ein halbes Jahr dabei ist. Die Frauen hatten es zum Teil mit männlichen Gegnern zu tun. Weiß-Gelb-Gurt Marko musste gegen Grün- und Blaugurt-Träger antreten.

Alle unsere Judoka zeigten sich aber von ihrer besten Seite: angriffslustig und voller Ehrgeiz. So erreichten Sian und Susanne mit jeweils zwei Siegen den 2. Rang, Ann-Christin, Selina und Marko mit jeweils einem Sieg den 3. Platz.

Sian, Susanne und Ann-Christin wollen am 21. Mai bei der Internationalen Deutschen Meisterschaft in Hannover starten. Dann sind in einer reinen Frauenklasse die Chancen auf noch mehr Siege recht gut.



Martin von den Benken
(Trainer ID-Judo)



Foto: Sian Camp vs. Dandy Lotholz

Aikido-Techniken

Die meisten Aikidotechniken existieren in zwei Versionen, die dadurch gekennzeichnet sind, dass sie ihr Schwergewicht entweder auf **irimi** oder auf **tenkan** legen.

Die Version, die auf irimi basiert, wird hauptsächlich vor (omote) dem Angreifer ausgeführt, während die andere Version eine Positionsveränderung um diesen **herum** und **hinter diesen** (ura) beinhaltet. Daher werden im Aikido diese Begriffe manchmal synonym mit irimi (omote) und tenkan (ura) gebraucht. Dennoch sind omote und ura komplexe Begriffe mit einer erheblich weiter reichenden Bedeutung.

Omote bedeutet in etwa Vorderseite oder Außenseite und stammt ursprünglich von der Bezeichnung für die haarige Seite eines Pelzes oder die Außenseite eines Kleidungsstücks. Es handelt sich also um das Äußere, das Sicht- und Offenbare. Ura hingegen steht für die entgegengesetzte Seite, nämlich die Rück- oder Innenseite, das Verborgene. Ursprünglich bedeutet es Futter oder die haarlose Innenseite des Pelzes. Dieses Wortpaar kann daher mit den Gegensätzen offenbar und verborgen verglichen werden, oder, wenn man so will, mit aufrichtig und ausweichend. Dabei legen japanische Lehrer keine moralische Wertung in diese Begriffe hinein, obwohl dies für uns im Westen naheliegen würde. Das Ganze wird eher wie die zwei Seiten einer Münze gesehen, so wie ein Kleidungsstück, das eine Innen- und eine Außenseite hat.

Im Training zieht man einen deutlichen Gewinn daraus, wenn man versucht, sich in diese gegensätzlichen Charaktere einzuleben. Die Omoteformen einer Technik können nahezu aufdringlich durchgeführt werden, mit der Zielsetzung, dem Angriff möglichst schnell zu begegnen. Während Uraformen so ausgeführt werden, dass man schon bei der initialen Begegnung des Gegners aus dessen Sichtfeld verschwindet und weiter in seinen Schatten hineingleitet. Das kann man übertragen mit den chinesischen Gegensätzen Yin und Yang vergleichen, die auf Japanisch in und yo heißen, welche mit ihrer ursprünglichen Bedeutung Schattenseite und Sonnenseite deutliche Parallelen zu ura und omote aufweisen. Bei der Ausführung von omote soll die Attitüde immer mit Yang vergleichbar sein, das als extrovert, hell, warm beschrieben wird und traditionell als maskulin gilt. Die Uraversion sollte hingegen Yin gleichen, das als introvert, dunkel, kalt und traditionell als feminin gilt.

Ein anderes Gegensatzpaar, das mit omote und ura verwandt ist, sind die alten Budobegriffe shoden und okuden, die vorderen oder ersten Lehren, beziehungsweise die inneren oder tiefen Lehren. Einige Budo Stile legten großen Wert darauf, ihre Kunst auf diese Weise aufzuteilen, wobei ein Anfänger lange und gut shoden üben musste, bevor er als reif angesehen wurde, in okuden eingeweiht zu werden.

Im Aikido gibt es keine Aufteilung in shoden und okuden. Ebenso wenig hatte Miyamoto Musashi, der legendäre Samurai, der im 17. Jahrhundert lebte und das immer noch vielgelesene "Buch der fünf Ringe" schrieb, irgendwelchen Respekt vor dieser Aufteilung. Er erklärt kategorisch, dass es "im wirklichen Kampf nichts Derartiges gibt, wie mit einer äußeren Technik zu schlagen und mit einer inneren Technik zu hauen". Er unterscheidet erste und tiefere Dinge bei den Kampfkünsten, die sich die Schüler im Laufe ihrer Entwicklung aneignen.

Aber er ist mit Bestimmtheit dagegen, die Techniken nach solchen Kategorien einzuteilen.



Claus-Dieter Sonnenberg
(Abteilungsleiter Aikido)

PRIETZ GMBH

Bad. Heizung. Sanitär.

Am Beek 20A
38315 Werlaburgdorf
Mobil. 0170 - 48 42 581
Tel. 05335 - 808725

Landesliga 2021

Die Braunschweiger Damen holten sich 2021 den Titel des niedersächsischen Landesmeisters!

Nach einer langen Wettkampfpause auch im Ligabetrieb fand 2021 wieder eine Landesliga statt. Aber nicht verteilt auf Kampftage, sondern in Turnierform in Isenbüttel. Trotz vieler Hygieneauflagen hat der MTV Isenbüttel einen klasse Turniertag ermöglicht, mit dem der Gastgeber alle Mannschaften begeisterte.

Die Braunschweigerinnen, die nun auch neue junge Gesichter aus der eigenen Trainingsgruppe begrüßen konnten, waren froh, dass eine Liga stattfinden konnte. Neu im Team waren Dulce Moreno, Lilian Hartmann, Mayleen Dittmann und Julia Geiger. Alle Neuzugänge kamen aus der Braunschweiger Jugend, dem BJC oder dem SFV. Auch hier zeigt sich die großartige Zusammenarbeit der beiden Vereine.

Bei den Frauen waren 4 Mannschaften angetreten. Das Judo Team Hannover, der VFL Stade sowie das Team des MTV Elze waren die Gegner der Braunschweiger Damen.

In der ersten Runde gegen Hannover lief das Team der Löwinnen schon auf Hochtouren. 5:0 hieß es am Ende der ersten Runde. Punkte holten Madlin, Pia, Mariele, Imke und Lilian.

In der zweiten Runde ging es gegen Stade, ein ausgeglichenes Team mit vielen Kämpferinnen, die auch schon in der Bundesligavertretung des VFL unterwegs waren. Die Braunschweiger Löwinnen konnten auch diese Begegnung mit 4:1 für sich entscheiden. Die Siege wurden durch Imke, Theres,

Melanie und Lilian eingefahren. Auch in dieser Begegnung drückte sich der Teamgeist in gegenseitiger Unterstützung aus und wurde vom Mattenrand aus laut und emotional befeuert.

Die letzte Begegnung versprach, wie auch in den Jahren davor immer, viel Spannung. Mit dem MTV Elze und dem BJC standen sich die Meister der letzten 4 Jahre gegenüber. Nach einer Niederlage in der 52kg Klasse holte sich dann Melanie die Revanche für die Niederlage im Jahr 2019. Mit einem taktisch und technisch sauberen Kampf gewann sie vorzeitig. In der offenen Klasse über 70kg hatte es Imke mit der sehr erfahrenen Svenja Grabert zu tun. Hier zog sie leider den Kürzeren. Nun waren die Braunschweigerinnen unter Zugzwang. Lilian stellte ihr Können unter Beweis. Eingewogen in der 52kg Klasse, kämpfte sie den ganzen Turniertag in der 57kg Gewichtsklasse. Die Entscheidung fiel in der Begegnung kurz vor Schluss, Lilian behielt die Oberhand. Bei einem Stand von 2:2 musste die Begegnung beim nächsten Kampf in der -63kg Klasse entschieden werden. In einem hochintensiven Kampf konnte sich Claire gegen ihre Gegnerin nach knapp 3 Minuten durchsetzen und den Titel festmachen.

Damit konnte nach 2014 und 2018 der 3. Niedersächsentitel durch den BJC errungen werden.

Florian Hahn,
(Cheftrainer Landesliga)





Unsere Damen- und Herren-Landesliga-Mannschaft 2021

Landesliga 2022

Bald geht's los mit der Landesliga Männer und Frauen 2022. Das Foto zeigt die KämpferInnen aus 2021, die im Wesentlichen auch 2022 wieder mitmischen. Mit Verstärkung, s.u.

Das Motto kann nur heißen, wir starten gemeinsam und gestärkt aus der Pandemiesaison. Die Trainingsgruppe Braunschweig konnte dem zweiten Coronawinter gut trotzen und nahezu die ganze Zeit durchtrainieren. Für 2022 ist noch nicht klar, in welcher Form eine Liga stattfinden wird, ob wieder als Tageturnier oder aber doch verteilt an mehreren Kampftagen. Wir hoffen auf einen Ablauf nach „altem Muster“, also an mehreren Kampftagen. Sobald die Termine der Kampftage final festgelegt wurden, stellen wir sie auf unsere Homepage und freuen uns – ganz besonders bei den Heimkampftagen – auf lautstarke Unterstützung.

Das Team der Braunschweiger Frauen hat personell keine „Abgänge“ zu beklagen. Als neu im Team stehen aus der eigenen Jugend Lenya und Marleen Hupp auf der Liste sowie Lara Pfeiffer. Eine weitere Verstärkung für das Team gibt es noch zu vermelden: Die Olympiadritte Giovanna Scocimarro wird ab der Saison 2022 dabei sein. Giovanna konnte durch viele Freundschaften im Team für die Liga begeistert werden. Mit diesen Verstärkungen freuen sich alle bereits auf die kommende Saison und auf das gemeinsame Kämpfen.

Wir sind #JudoinBraunschweig



Johannes Rathgen
(1. Vizepräsident)



Florian Hahn
(Trainer Landesliga)

Palästina-Spende

Dies ist nun schon der dritte Bericht über die Spende von Judogies vom BJC an den palästinensischen Judo-verband. Wir haben gelernt, wie schwer es ist, Palästina zu erreichen.

Erst haben wir ewig nach einem geeigneten und kostengünstigen Transportweg und nach vertrauenswürdigen Ansprechpartnern vor Ort gesucht (vergl. BJC News Heft 2/2021).

Dann haben wir über viele Ecken Informationen über die Verteilung der Judogies in Palästina eingeholt. Aber leider waren von drei Paketen nur zwei angekommen. Das dritte Paket hatte die DHL irrtümlich nach Kolumbien geschickt und von dort war es in den BJC zurückgekommen (vergl. BJC News Heft 3/2021).

Noch vor Weihnachten ging dieses dritte Paket erneut auf die Reise. Wir hatten nach der angekündigten Transportdauer von vier Wochen dann noch vor Weihnachten 2021 eine Empfangsbestätigung aus Palästina

erwartet. Auf eine erste Nachfrage hin erfuhren wir aber, dass kein Paket angekommen sei. Für eine zweite Nachfrage haben wir dann alle verfügbaren Dokumente, vom Einlieferungsschein der Post bis zu den Daten der Sendungsverfolgung mitgeschickt. Und siehe da, das Paket tauchte auf! Nicht dort, wo wir es hingeschickt hatten, nämlich in Alt-Jerusalem, dem abgetrennten palästinensischen Teil der Stadt, sondern im israelischen Teil der Stadt.

Trotzdem konnten die palästinensischen Judoka die Judogies ohne Zollzahlung und ohne Zahlung von Einfuhrumsatzsteuer abholen und über die Grenze nach Palästina bringen. Das Foto dokumentiert das glückliche Ende einer langen Geschichte. Und dieser Bericht ist ein letztes Dankeschön an die edlen Spender im Verein.



Günther Müller
(Chefredakteur)

Die Mannschaft

Gewichtsklasse -60 kg

Name **Maurice Lapuse**

Jahrgang 1994

Judo seit 2002

Graduierung 1. Dan

Erfolge Mehrfacher Landesmeister,
Deutscher Polizeimeister 2016



Name **Felix Thormann**

Jahrgang 1997

Judo seit 2002

Graduierung 1. Dan

Erfolge 1. Platz INT Lichtenstein
7. Platz DEM



Gewichtsklasse -66 kg

Name **Artur Belarmino de Assis**

Jahrgang 1998

Judo seit 2007

Graduierung 1. Dan

Erfolge 2. Platz Brasilien Meisterschaft,
1. Platz Landesmeisterschaften U21,
1. Platz Landesmeisterschaft Männer



Name **Till Warnke**

Jahrgang 1997

Judo seit 2002

Graduierung 1. Dan

Erfolge Mehrfacher Deutscher Meister,
2. Bundessichtungsturnier



Gewichtsklasse -73 kg

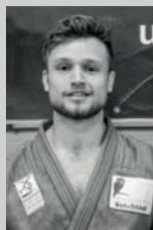
Name **Nils Bentgerodt**

Jahrgang 1994

Judo seit 1999

Graduierung 1. Dan

Erfolge 3. Platz Deutsche Pokalmeisterschaft



Name **Aaron Diekhoff**

Jahrgang 2002

Judo seit 2009

Graduierung 1. Dan

Erfolge 1. Platz Bremen Open U18,
2. Platz HT 16 HH U18



Name **Tobias Loesch**

Jahrgang 1991

Judo seit 2000

Graduierung 2. Dan

Erfolge —

Name **Karsten Täuber**

Jahrgang 1991

Judo seit 1999

Graduierung 1. Dan

Erfolge Platzierungen Landesebene



Gewichtsklasse -81 kg

Name **Fares Badawi**

Jahrgang 1996

Judo seit 2004

Graduierung 1. Dan

Erfolge 1. Platz Landesmeisterschaft NDS 2017,
3. Platz Landesmeisterschaft NDS 2016



Name **Julian Schade**

Jahrgang 1995

Judo seit 2000

Graduierung 1. Dan

Erfolge —



Gewichtsklasse -90 kg

Name **Frederik Jäde**

Jahrgang 1996

Judo seit —

Graduierung 1. Dan

Erfolge —



Name **Radim Knápek**

Jahrgang 1994

Judo seit —

Graduierung 1. Dan

Erfolge Tschechischer Vizemeister 2017,
Tschechischer Meister 2018



Name **Lennart Knospe**

Jahrgang 1995

Judo seit 2002

Graduierung 1. Dan

Erfolge 3. Platz NDEM

Name **Felix Schulze**

Jahrgang 1993

Judo seit 1999

Graduierung 1. Dan

Erfolge 2. Platz Norddeutsche Jugendmeisterschaft,
3. Platz International Judo Tournament Ven-
ray



Gewichtsklasse -100 kg

Name **Volker Klöß**

Jahrgang 1987

Judo seit 1998

Graduierung 1. Dan

Erfolge 3. Platz NDEM 2006, 7. IDM 2010,
5. Platz Deutsche Pokalmeisterschaften
2013,
6. Platz Nationale Rangliste 2013



Name **Tomás Knápek**

Jahrgang 1991

Judo seit —

Graduierung —

Erfolge 3. Platz European Cup Orenburg 2015,
1. Platz czech Championships Teplice 2015



Name **Frederik Knospe**

Jahrgang 1999

Judo seit 2009

Graduierung 1. Dan

Erfolge —



Name **Alexander Sieg**

Jahrgang 1995

Judo seit 2002

Graduierung 1. Kyu

Erfolge 2. Platz Landesmeisterschaft Männer 2019



Gewichtsklasse +100 kg

Name **Jan Pinta**

Jahrgang 1986

Judo seit 1989

Graduierung 2. Dan

Erfolge World Cup (Bronze),
European Cup Seniors (Silber)



Name **Federico Scoccimarro**

Jahrgang 1988

Judo seit 1996

Graduierung 1. Dan

Erfolge —

Rückenschild

Unser neues Rückenschild in der Bundesliga-Saison 2022

Wir danken unserem Sponsor:
Dachdecker & Zimmerei Ludwig

Produziert von
mybacknumber.com



Trainer

Name **Olaf Pütz**

Jahrgang 1970

Judo seit 1977

Graduierung 3. Dan

Erfolge Platzierungen bei DEM und IDEM,
mehrmaliger Deutscher Polizeimeister,
3. Platz Polizeieuropameisterschaft



Assistenztrainer

Name **Florian Hahn**

Jahrgang 1990

Judo seit 2004

Graduierung 2. Dan

Erfolge Erfolge auf Landesebene,
Erfolge bei IT's in Magdeburg und Bremen



Teamchef

Name **Eyke Ehrenberg**

Jahrgang 1966

Judo seit 1978

Graduierung 5. Dan

Erfolge Mehrmaliger Deutscher Meister Ü30,
3. Platz WM Ü30 2009,
5. Platz WM Ü30 2017



Wichtige Kampfregeln

Allgemeine Rahmenbedingungen

Kämpfe und Wechselregeln (Judo-Bundesliga)

- ▷ Es wird in 2 Durchgängen gekämpft.
- ▷ Zwischen den Durchgängen gibt es eine Pause von 30 Minuten.
- ▷ In der Pause müssen in jeder Mannschaft 2 Kämpfer gewechselt werden.
- ▷ Maximal 4 Kämpfe dürfen durch ausländische Kämpfer bestritten werden.
- ▷ In jedem Durchgang wird in diesen Gewichtsklassen gekämpft:
-60 kg, -66 kg, -73 kg, -81 kg, -90 kg, -100 kg, +100 kg

Kampfzeit und Haltegriff

- ▷ 4 Minuten effektive Kampfzeit, dann ggf. Golden Score
- ▷ Haltegriffzeit: Ippon: 20 Sekunden; Waza-Ari: ab 10 Sekunden

Golden-Score

- ▷ Weiterkämpfen ohne Zeitlimit
- ▷ Es gewinnt, wer die erste Wertung macht
- ▷ Bei Strafen entscheidet nur ein Hansoku-Make bzw. das dritte Shido

Steuernde Kommandos

Hajime (Anfangen)

- ▷ Beginn des Kampfes

Matte (Warten)

Der Kampfrichter hebt eine Hand in Schulterhöhe, wobei der Arm nahezu parallel zur Matte ist und zeigt die offene Handfläche mit den Fingern nach oben.

- ▷ Kampfunterbrechung

Sore-Made (Kampfende)

- ▷ Wenn ein Kämpfer Ippon erreicht oder mit Hansoku-Make disqualifiziert wird
- ▷ Wenn Kampfzeit abgelaufen (ggf. wird im Golden Score weitergekämpft)

Osae-Komi (Haltegriff)

Der Kampfrichter zeigt mit seinem Arm nach unten in Richtung der Kämpfer.

- ▷ Der Gegner wird am Boden mit einem Haltegriff kontrolliert

Toketa (Haltegriff gelöst)

Der Kampfrichter streckt einen Arm nach vorne und bewegt ihn zwei- oder dreimal schnell von rechts nach links hin und her.

- ▷ Der Kämpfer hat sich aus dem Haltegriff erfolgreich befreit.

Kleiderordnen

Der Kampfrichter kreuzt die linke über die rechte Hand in Gürtelhöhe.

Wertungen und Strafen

Ippon (Ganzer Punkt)

Der Kampfrichter hebt einen Arm mit der Handfläche nach vorn über seinen Kopf.

- ▷ Der Gegner wird geworfen:
 - 1. mit Schnelligkeit, 2. mit Kraft, 3. auf den Rücken,
 - 4. mit Kontrolle bis zur Landung
- ▷ 2 Waza-Ari werden zum Ippon addiert
- ▷ 20 Sekunden Haltegriff
- ▷ Aufgabe des Gegners, z. B. infolge einer Armhebeltechnik oder Würgetechnik
- ▷ Disqualifikation des Gegners (Hansoku-Make)

Waza-Ari (Halber Punkt)

Der Kampfrichter hebt einen Arm seitwärts in Schulterhöhe.

- ▷ Wenn die 4 Kriterien für Ippon nicht ganz erfüllt sind
- ▷ Haltegriff zwischen ab 10 Sekunden, aber weniger als 20 Sekunden

Shido (Bestrafung)

*Bei Erteilung einer Strafe wird mit dem Zeigefinger auf den Kämpfer gezeigt.
Strafe für leichten Regelverstoß*

Hansoku-Make (Disqualifikation)

*Bei Erteilung einer Strafe wird mit dem Zeigefinger auf den Kämpfer gezeigt.
Strafe für schweren Regelverstoß*

Annullierung (Rücknahme einer Wertung)

Der Kampfrichter wiederholt dasselbe Handzeichen mit der einen Hand, während die andere Hand über den Kopf nach vorne hochgehoben und zwei- oder dreimal von rechts nach links hin und her bewegt wird.

Ausgewählte Ermahnungen

Inaktivität

Der Kampfrichter kreist die Unterarme mit einer Vorwärtsbewegung in Brusthöhe.

Scheinangriff

Der Kampfrichter streckt beide Arme mit geschlossenen Händen nach vorne aus und führt damit eine Abwärtsbewegung aus.

Unerlaubtes Raustreten aus der Kampffläche

Der Kampfrichter zeigt mit ausgestrecktem Arm auf den Mattenrand.

Abgebeugtes Kämpfen:

Der Kampfrichter führt mit der offenen Hand eine Aufwärtsbewegung aus.

Aktion / Blocken unterhalb des Gürtels:

Der Kampfrichter führt mit einer Hand eine Art Greifbewegung aus.





Kampftage 2022



1. Kampftag: 02.04.2022 / 07.05.2022

Ausrichter	Gastmannschaft	Unterbew	Kämpfe	Punkte
JC Koriouchi Gelsenkirchen	TSV Bayer 04 Leverkusen	10 : 130	1 : 13	0 : 2
1. JC Mönchengladbach	Braunschweiger JC			
Judo Team Holten	SV Nienhagen	87 : 50	9 : 5	2 : 0

!!! Heimkampf !!! 2. Kampftag: 14.05.2022

Ausrichter	Gastmannschaft	Unterbew	Kämpfe	Punkte
TSV Bayer 04 Leverkusen	1. JC Mönchengladbach			
Braunschweiger JC	Judo Team Holten			
SV Nienhagen	JC Koriouchi Gelsenkirchen			

!!! Heimkampf !!! 3. Kampftag: 21.05.2022

Ausrichter	Gastmannschaft	Unterbew	Kämpfe	Punkte
JC Koriouchi Gelsenkirchen	1. JC Mönchengladbach			
Judo Team Holten	TSV Bayer 04 Leverkusen			
Braunschweiger JC	SV Nienhagen			

!!! Heimkampf !!! 4. Kampftag: 18.06.2022

Ausrichter	Gastmannschaft	Unterbew	Kämpfe	Punkte
1. JC Mönchengladbach	Judo Team Holten			
SV Nienhagen	TSV Bayer 04 Leverkusen			
Braunschweiger JC	JC Koriouchi Gelsenkirchen			

5. Kampftag: 24.09.2022

Ausrichter	Gastmannschaft	Unterbew	Kämpfe	Punkte
JC Koriouchi Gelsenkirchen	Judo Team Holten			
1. JC Mönchengladbach	SV Nienhagen			
TSV Bayer 04 Leverkusen	Braunschweiger JC			

Die aktuellen Ergebnisse veröffentlichen wir für Euch auf unserer Vereinshomepage:





Tabelle 2022



Hier kannst du die Tabelle eintragen



Platz	Mannschaft	Unterbew.	Kämpfe	Punkte
1		:	:	:
2		:	:	:
3		:	:	:
4		:	:	:
5		:	:	:
6		:	:	:

Die Mannschaft (Archivbild 2021)



Trainingszeiten - Sparten

Aikido

Tag	Zeit	Übungsleitung	Teilnehmende
Mo	18:00-20:00	Claus-Dieter Sonnenberg	Jugendliche und Erwachsene
Mi	19:00-21:00	Claus-Dieter Sonnenberg	Jugendliche und Erwachsene

American Karate (AKS)

Tag	Zeit	Übungsleitung	Teilnehmende
Di	18:00-20:00	Torsten Kaminski und Christian Kirchner	Jugendliche und Erwachsene ab 16 Jahren, Anfänger und Fortgeschrittene
Do	18:00-20:00	Torsten Kaminski und Christian Kirchner	Jugendliche und Erwachsene ab 16 Jahren, Anfänger und Fortgeschrittene

Interesse an einem kostenfreien Probetraining?
Sprechen Sie gerne unsere Übungsleitenden an.


Dachdecker & Zimmerei
Ludwig
Meisterbetrieb

Braunschweig - Wenden

05307 - 80 30 956

Trainingszeiten - Judo

Tag	Zeit	Gruppe	Übungsleitung	Teilnehmende
Mo	15:45 – 16:45	Anfängertraining-Mo	Sedat Kayaoglu	6-10 Jahre
	17:00 – 18:00	ID-Judo	Martin von den Benken, Maren Borm	Erwachsene mit Behinderung, alle Gürtelfarben
	20:00 – 21:30	Breitensport- und Techniktraining ab U18	Eyke Ehrenberg	Jugendliche ab 15 Jahren und Erwachsene
Di	16:00 – 17:00	Anfängertraining-Di	Julia Klaus	6-10Jahre
	18:30 – 20:30	Wettkampfgruppe ab U18	Florian Hahn	Jugendliche ab 15 Jahren und Erwachsene
Mi	16:30 – 17:30	Fortgeschrittene U11	Claire Seidel, Lara Pfeiffer	7-10 Jahre
	17:30 – 19:00	Fortgeschrittene U13/U15	Claire Seidel, Frederik Knospe	11-14 Jahre
Do	16:00 – 17:00	Krabbeljudo U6 (im kleinen Dojo)	Honner Hornuß	4-5 Jahre
	17:00 – 18:00	Krabbeljudo U6 [bei Bedarf] (im kleinen Dojo)	Honner Hornuß,	4-5 Jahre
	15:45 – 16:45	Anfängertraining-Do	Gaby Reif	6-10 Jahre
	16:45 – 18:00	Fortgeschrittene U11	Gaby Reif, Steve Reif	7-10 Jahre
	18:00 – 19:15	Fortgeschrittene U13/U15	Steve Reif	11-14 Jahre
	19:15 – 21:00	Breitensport- und Techniktraining ab U18	Eyke Ehrenberg	Jugendliche ab 15 Jahren und Erwachsene
Fr	15:45 – 17:00	Löwengruppe U11	Gaby Reif	7-10 Jahre
	17:00 – 18:30	Wettkampfgruppe U13	Timo Wahlbring	11-12 Jahre
	17:00 – 18:30	Wettkampfgruppe U15	Holger Löhner,	13-14 Jahre
	18:30 – 20:30	Wettkampfgruppe ab U18	Florian Hahn	Jugendliche ab 15 Jahren und Erwachsene

Aktuelle Informationen zu unseren Trainingszeiten findet Ihr auf unserer Homepage:



Termine

Judo-Anfänger-Kurse für Kinder ab 5 Jahren

samstags von 13:30 bis 14:30 Uhr,
5 Trainingseinheiten:

- ▷ Kurs: Sa 11.06.2022 bis Sa 09.07.2022
- ▷ FIBS: Mo 18.07.2022 bis Fr 22.07.2022
- ▷ Kurs: Sa 10.09. 2022 bis Sa 08.10. 2022
- ▷ Kurs: Sa 12.11. 2022 bis Sa 10.12.2022

Anmeldung

Telefon (Geschäftsstelle): 0531/ 7 99 86

Telefon (Honner Hornuß): 05302/3707

E-Mail: h.hornuss-sportartikel@t-online.de

Im Dojo: bei den Übungsleitern
und in der Geschäftsstelle

**SOECHTIG**
IMMOBILIEN

Seit 1979 in Braunschweig

soechtig.immobilien@gmx.de



Telefon 0531 - 12 65 65

Telefax 0531 - 12 65 55



Kontakt / Impressum

Impressum

Herausgeber

Braunschweiger Judo Club e. V.
Eisenbütteler Straße 1
38122 Braunschweig
Tel. 0531-7 99 86 86
<https://www.braunschweiger-jc.de>
info@braunschweiger-jc.de
Reg.nr.: AmtsG Braunschweig VR 2535

Vertreten durch

Eyke Ehrenberg (Präsident)
Tel. 0157-58454624
e.ehrenberg@braunschweiger-jc.de
Johannes Rathgen (1. Vizepräsident)
j.rathgen@braunschweiger-jc.de
Peter Bittner (Vizepräsident Finanzen)
p.bittner@braunschweiger-jc.de

Gesamtverein

2. Vizepräsident

Heiko Reuper

Ehrenpräsident

Honner Hornuß

Sportreferent

Timo Wahlbring
t.wahlbring@braunschweiger-jc.de

Jugendreferent & Webredaktion

Jens Nabert
j.nabert@braunschweiger-jc.de

Sparten

Aikido

Claus-Dieter Sonnenberg
Tel. 0531-7 99 86 86
c.sonnenberg@t-online.de

American Karate (AKS)

Torsten Kaminski
Tel. 0531-7 99 86 86
t.kaminski@braunschweiger-jc.de

Fitness 60+

Honner Hornuß
Tel. 0171-2041725
h.hornuss-sportartikel@t-online.de

Judo - Abteilungsleiter

Holger Löhner
Tel. 0177-6021678
h.loehner@braunschweiger-jc.de

Judo - Fachverantwortliche

- ▷ Wettkampf U11 (7-10 Jahre):
Gaby Reif
- ▷ Wettkampf U13 (11-12 Jahre):
Timo Wahlbring
- ▷ Wettkampf U15 (13-14 Jahre):
Holger Löhner
- ▷ Wettkampf ab U18 (ab 15 Jahren):
Florian Hahn
- ▷ ID-Judo:
Martin von den Benken
- ▷ Weitere Trainingsgruppen:
BJC-Geschäftsstelle

Mannschaften

Teamchef 2. Judo-Bundesliga

Eyke Ehrenberg

Landesliga

- ▷ Damen: Florian Hahn
- ▷ Herren: Johannes Rathgen

Vereinsmagazin

Chefredaktion

Günther Müller
mueller-blohm@t-online.de

Grafik und Layout Jens Nabert

Druck Flyeralarm

Auflage 250 Stück

Erscheinungsweise ca. 4x im Jahr



BJC Pool 2022

Unsere Partner:



PRIETZ GMBH
BAD.HEIZUNG.SANITÄR.



H. Hornuß
SPORTARTIKEL

PARGA HAUS

by Parga Wohnkonzept GmbH



Wir sagen herzlich Danke!

Braunschweiger Judo Club e. V.
Eisenbütteler Straße 1
38122 Braunschweig
<https://www.braunschweiger-jc.de>
Telefon: 0531-7 99 86 86
E-Mail: info@braunschweiger-jc.de