



Gerry Tscherter

Technische Leitung

Ju Jitsu 8. Dan

Judo 7. Dan

Kendo 7. Dan Kyoshi

Iaido 4. Dan

Karate 2. Dan

Aikido 1. Dan

Dipl. Judo-Lehrer SJV, Dan-Experte
Dipl. Ju-jitsu-Lehrer SJV, Dan-Experte
J+S Leiter + Experte
Int. Schiedsrichter Kendo, Dan-Experte
Kendo Goodwil EM Senioren plus 40J 1990
8-facher Kendo CH-Meister Einzel
Kodokan Kata Schweizermeister 1988
Karate Schweizermeister SKO 1978

Mit Gerry Tscherter und über 30 weiteren, ehrenamtlichen Trainern bietet Budokan Zürich ein Ausbildungspotential, das im Raum Zürich einmalig ist. Budokan heisst die grösste Kampfkunstinstitution in Japan. Da wir einen so grossen Namen tragen, fühlen wir uns verpflichtet, die japanischen Traditionen zu wahren und die bestmögliche Ausbildung anzubieten.

Budo ist japanisch und bedeutet 'Weg des Kriegers'. Zum Zwecke der Verteidigung und der Kriegsführung übten die Samurai im alten Japan den Umgang mit den traditionellen japanischen Kriegerwaffen wie Bogen, Speer, Schwert, Hellebarde etc. bis zur Perfektion. Dem gemeinen Volk war das Waffentragen untersagt. Die Ausübung von Budo war ein Privileg der Samurai. Der damit verbundene strenge Ehrenkodex gewährte den Samurai viele Rechte und trug ihnen aber auch Pflichten auf. Parallel dazu entwickelten sich bei den Mönchen, Bauern und Kaufleuten die waffenlosen Kampfkünste, aus denen später das Judo, Karate, Aikido und Ju-jitsu entstand. Heute zählt man diese ebenfalls zu den Budokünsten, da sie sich ebenfalls an den alten Samurai-Traditionen und deren Philosophien orientieren. Deshalb werden der erzieherische Wert sowie der geistige Hintergrund in Japan und auch bei uns gleichermassen geschätzt.

Internationale Erfolge des Budokan

Ju Jitsu Duo System:

2001	EM	Bronze	Silvie Kümin
2005	EM	Silber	Kümin/Bürgisser
2013	EM	Bronze	Sofia Jokl
2015	EM	Gold	Sofia Jokl
2006	WM	Bronze	Kümin/Bürgisser
2014	WM	Bronze	Sofia Jokl
2015	WM	Gold	Sofia Jokl
2016	WM	Gold	Joki/Schöneberger
2017	WM	Gold	Joki/Schöneberger
2018	EM	Gold	Joki/Schöneberger

Internationale Erfolge des Budokan Kendo:

1998	EM	Silber Jun.	Yoshy Nakahara
1998	EM	Gold	Daniela Bosshard (Kimura) Swiss Team Ladies
1998	Brazil	Champ.	Oscar Kimura
2000	WM	Bronze	Oscar Kimura Brazil Team
2016	EM	Bronze	Oscar Kimura

Das Budokan-Team ist 27-facher Kendo-CH-Meister



Budokan Zürich
Zweierstrasse 106
CH-8003 Zürich
Tel. +41 (0)44 461 66 67
info@budokan.ch
www.budokan.ch

Erreichbar mit Tram 9 + 14
oder S-Bahn 2, 8 + 24
bis Bahnhof Zürich-Wiedikon

Budokan Zürich ist ein eingetragener Verein, der sich für die Verbreitung der asiatischen Budo-Künste einsetzt. 1976 gegründet von: Armin Schuppli sen., Peter Brunner und Gerry Tscherter.

Budokan ist Mitglied im Zürcher Stadtverband für Sport ZSS, sowie Limita und Versa, der Fachstellen zur Prävention gegen sexuelle Ausbeutung.

Shin gi ichi nyo

心技一如



Gesundheit und Sicherheit durch Kampfkunst



剣道



KENDO

In Japan ist Kendo die populärste traditionelle Kampfsportart. Sie erfreut sich jedoch auch in Europa immer grösserer Beliebtheit. Kendo ist aus dem Schwertkampf der japanischen Samurai-Kultur entstanden. Kendo wirkt spektakulär und durch die Rüstungen enthält dieser Sport einen Hauch von Exotik. Im Kendo werden, wie übrigens in allen anderen Budo-Disziplinen, der Geist und die Konzentration als wesentliche Bestandteile verstanden. Als Schlagziele gelten Kopf, Rumpf und Hände; des weitern können Stösse gegen die Kehle ausgeführt werden. Alle entsprechenden Körperteile sind durch die Rüstung geschützt.

Budokan Zürich ist Mitglied des Schweizerischen Kendo- und Iaido-Verbands.

居合道



IAIDO

Wie das Kendo stammt das Iaido aus der Samuraizeit. Der Zweck dieser Disziplin ist das blitzschnelle Ziehen des Schwertes und das sofortige Angreifen des Gegners. Da Iaido nur mit imaginären Gegnern betrieben wird, sind hier im Vergleich zu Kendo eine Vielzahl zusätzlicher Schläge und Stösse möglich.

Iaido fördert die Konzentrationsfähigkeit und ist ein ständiger Wechsel zwischen Ruhe und Bewegung.

Wichtig ist der Stil der Bewegungen und die Harmonie zwischen Körper und Geist. Dadurch ist Iaido eine Disziplin mit hohem ästhetischem Ausdruck.

Budokan Zürich ist Mitglied des Schweizerischen Kendo- und Iaido-Verbands.

柔術



JU-JITSU

Ju-Jitsu kann als Zusammenfassung von Judo, Karate, Aikido und weiteren Kampfsportarten gesehen werden, wobei grosses Gewicht auf Einfachheit und Ausführbarkeit der einzelnen Techniken im Verteidigungsfall gelegt wird.

Die Polizei und ähnliche Körperschaften trainieren Ju-Jitsu.

Ju-Jitsu ist nicht nur ein Mittel zur Verteidigung: Regelmässiges Training steigert das Selbstvertrauen und fördert die eigene Fitness.

Ju-Jitsu ist für Männer und Frauen gleichermassen geeignet und kann auch als Wettkampfsport betrieben werden.

Budokan Zürich ist Mitglied des Schweiz. Judo und Ju-Jitsu-Verbandes (SJV).

合氣道



AIKIDO

Aikido wurde von Meister Morihei Ueshiba entwickelt und bedeutet «Weg der Harmonie der geistigen Energie». Es ist ein eher defensiver Kampfsport, ohne Wettkampf-Ambitionen.

Kreisförmige, sphärische Bewegungsmuster, ausgehend vom Körperzentrum des Menschen, werden geschult, weniger mit dem Ziel der Selbstverteidigung, sondern vielmehr als Weg zur Vereinigung von Körper und Geist.

Die Lektionen werden so gestaltet, dass sowohl Frauen wie auch Männer, jeder Altersklasse, problemlos miteinander trainieren können.

Budokan Zürich ist Mitglied des ACSA.

柔道



JUDO

Die am meisten verbreitete japanische Kampfsportart in Europa. Der Einstieg kann beinahe in jedem Alter erfolgen, gute Resultate und die Beherrschung der erlernten Techniken sind für jedermann möglich.

Speziell für Kinder bietet Judo eine gute Möglichkeit zur Persönlichkeitsbildung, kann sich doch das Kind im sportlichen, fairen Wettkampf ständig mit Gleichaltrigen messen. Auch als Vorbeugung gegen Haltungsschäden ist Judo sehr geeignet.

Im Judo werden zur Hauptsache Wurf-, Hebel-, Würge-, Fall- und Festhaltetechniken erlernt.

Budokan Zürich ist Mitglied des Schweizerischen Judo und Ju-Jitsu-Verbandes (SJV).

護身術



SV

Selbstverteidigung

Aggressionen und Belästigungen gegenüber Frauen und Senioren nehmen ständig zu. Angst und Verunsicherung sind unter anderem Folgen davon. In der Selbstverteidigung wird deshalb neben der körperlichen Verteidigung auch die psychologische Ebene miteinbezogen.

Da besonders in diesen Kursen starkes Einfühlungsvermögen von den Trainern verlangt wird, werden diese dafür speziell ausgebildet.

Die Kurse für Frauen stehen jeder Altersklasse offen.

Verlangen Sie detaillierte Informationen über die geplanten Einführungskurse.

Budokan Zürich ist Mitglied von Pallas, der Schweiz. Interessengemeinschaft Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen.

空手



KARATE

Karate kann als Wettkampfsport oder als Selbstverteidigung betrieben werden. Speziell Jugendlichen bietet Karate eine Gelegenheit, ihr Selbstvertrauen zu stärken. Der Partner wird nie als Gegner betrachtet, sondern als Gleichgesinnter, mit dem man seine Technik und Schnelligkeit vergleicht und von dem man lernt.

Karate eignet sich für jede Altersstufe, beanspruchen doch Gymnastik und Fitness einen grossen Teil der Trainingszeit.

Im Karate werden zur Hauptsache Schläge mit Arm und Bein sowie entsprechende Abwehrtechniken trainiert.

Budokan Zürich ist Mitglied der Swiss Karate Federation SKR, Sektion Swiss Karatedo Renmei SKR.



YOGA

Eine Jahrtausende alte indische Übungspraxis, deren ganzheitlicher Ansatz Körper, Geist und Seele in Einklang bringen soll. Dazu werden Atemtechniken, körperliche Übungen und Meditation eingesetzt.

Hatha / Vinyasa: kreative und dynamische Abfolge von Asanas in Verbindung mit dem Atem. Fördert die Konzentration, optimiert das Körpergefühl mit Kraft und Balance.

Vinyasa / Yin: Beide Komponenten in einem Yogastil verschmelzt. Die kraftvolle Vinyasa Sequenz wird aktiv durchgeführt, wirkt auf die Muskulatur und energetisiert. Die Yin-Sequenz wird passiv ausgeführt, wirkt auf die tiefen Körperschichten und hat einen regenerierenden und beruhigenden Effekt.