Zeitschrift: Brugger Neujahrsblätter
Herausgeber: Kulturgesellschaft des Bezirks Brugg
Band: 124 (2014)

Artikel: Für jeden gibt es einen Stärkeren
Autor: Wegmann, Irene
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-900742

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 11.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Für jeden gibt es einen Stärkeren

Text und Bild **Irene Wegmann**

Will man vom Jiu-Jitsu- und Judo-Club Brugg sprechen, kommt man nicht um die Person Daniel Kistler herum. Er schrieb wesentlich an der Erfolgsgeschichte des Clubs mit – früher als international erfolgreicher Judoka und seit bald zwanzig Jahren als Trainer, der die Herrenmannschaft zu Höchstleistungen anspornt.

Kein Judo-Club in der Schweiz ist so erfolgreich wie der Jiu-Jitsu- und Judo-Club Brugg. Zehnmal innert zwölf Jahren gewann der Club mit der Mannschaft den Schweizer-Meister-Titel – seit 2007 sechsmal in Folge. Bereits seit vier Jahren befindet sich das Nationale Leistungszentrum in Brugg. Die besten Schweizer Judokas trainieren im Dojo in der Turnhalle Mülimatt, wo sie sich auf internationale Wettkämpfe vorbereiten.

Wie kam es zu dieser unglaublichen Erfolgsgeschichte? Laut Präsident Beni Simmen soll alles im Jahr 1960 auf einer mit Heu gepolsterten Wiese im Garten von Albert Frey, dem Gründungsvater des Clubs, begonnen haben. Judo war damals noch keine olympische Disziplin. – Das dauerte noch einmal vier Jahre. Als es 1964 in Tokio so weit war, erwiesen sich die Schweizer mit Eric Hänni auf Anhieb erfolgreich. Hänni gewann Silber.

Erfolgreicher Brugger

Nach 1964 sollten nochmals zwanzig Jahre verstreichen, ehe Daniel Kistler (51) seine Karriere im Judo-Club Brugg begann. Die Brugger Judokas übten längst nicht mehr auf Heu, sondern wie allgemein üblich in dieser Sportart auf Matten. Kistler war sehr erfolgreich: Er wurde fünfmal Schweizer Meister im Einzelwettkampf, gewann Weltcups und wurde Fünfter an der EM von 1992 in Paris. Sein grösster Erfolg war die Teilnahme an den Olympischen Spielen 1992 in Barcelona, wo er sich den siebten Rang erkämpfte.

Das Jahr 1992 brachte auch dem Jiu-Jitsu- und Judo-Club Brugg eine Veränderung: Es wurde nämlich eine Kampfmannschaft gegründet. Ihr Trainer war Daniel Kistler. Innert vier Jahren brachte er die Mannschaft in die Nationalliga A. Im Jahr 2000 gewann sie ihren ersten Titel als Schweizer Mannschaftsmeister.

Dieser Erfolg und auch die Tatsache, dass seit 2009 in der Turnhalle Mülimatt ein grosses Dojo zur Verfügung steht, bewog den SJV, den «Schweizerischen Judo & Ju-Jitsu Verband», das Nationale Leistungszentrum von Magglingen nach Brugg zu verlegen. Neuer Leiter wurde Daniel Kistler. Als Cheftrainer konnte der Nationalcoach Giorgio Vismara aus Brugg gewonnen werden, weitere Trainer sind Ran Grünenfelder und Jenny Gal. Der Umzug des Leistungszentrums hat den besten Brugger Judokas Vorteile gebracht, da sie nun umfassend betreut werden und regelmässig von besseren Trainingspartnern profitieren können. Auch für den Verein allgemein sowie für die Region bringt das Nationale Leistungszentrum bezüglich Image, Standortmarketing und Attraktivität Vorteile, da vermehrt nationale und internationale Veranstaltungen in Brugg durchgeführt werden.

Ciril Grossklaus nahm im August 2013 an der Judo-Weltmeisterschaft in Rio de Janeiro teil. Er scheiterte in der zweiten Runde am amtierenden Europameister in der Kategorie bis 90 kg. Im Bild ist er (weiss) im Nati-A-Kampf des JJJC Brugg gegen JC Romont vom 29. Juni 2013 zu sehen. Foto: Marcel Zimmermann

Geschichte des Judos

Die Kampfsportart Judo stammt aus Japan. Jigoro Kano (1860 bis 1938) entwickelte Judo aus waffenlosen Kampf- und Selbstverteidigungskünsten, die hauptsächlich aus der Zeit der Samurai stammen. Dabei verfolgte er drei Ziele, nämlich den Körper zu trainieren, die Persönlichkeit zu bilden und den Geist zu schärfen. Die Schüler sollten die Möglichkeit haben, sich in einem nach strengen Regeln geführten Zweikampf zu messen. Er stellte folgende Prinzipien auf: die Kräfte bestmöglich einsetzen, die Energie zum Guten wenden und das Wohlergehen für alle anstreben. 1882 eröffnete Kano eine eigene Judoschule, den Kodokan, was übersetzt «Ort zum Studium des Weges» bedeutet. Kano studierte Ästhetik und Moral an der Universität in Tokio und erlangte höchste Ehren als Staatsrat im Erziehungsministerium. Er wurde vom japanischen Kaiser ausgezeichnet.

Grundbegriffe im Judo

Ein Judokämpfer heisst Judoka. Trainiert wird in einer Trainingshalle, dem Dojo. Gekämpft wird auf der Matte, wobei diese niemals mit Schuhen betreten wird. Ein Kampf beginnt, wenn der Kampfrichter «hajime!» ruft, was auf Deutsch «kämpft!» bedeutet. Im Judo geht es darum, den Gegner möglichst schwungvoll auf den Rücken zu werfen. Je nach Wurftechnik erhält ein Judoka unterschiedlich viele Punkte. Um die höchste Wertung, den Ippon, zu erlangen, muss ein Judoka den Gegner mit Kontrolle, Kraft und Schnelligkeit auf den Rücken werfen oder mit einer Haltetechnik für 25 Sekunden auf dem Rücken am Boden festhalten. Ein Waza-ari wird vergeben, wenn ein Wurf zwei Kriterien des Ippon ganz und ein Kriterium halb erfüllt. Eine typische Situation für einen Waza-ari ist, wenn der Rücken des Gegners nur teilweise die Matte berührt. Gelingt einem Judoka ein Ippon oder zwei Waza-ari, hat er den Kampf für sich entschieden. Ansonsten wird der Sieger nach Ablauf der fünfminütigen Kampfzeit durch Punkte ermittelt. Die Judokas tragen eine robuste Kleidung, Judogi genannt, und einen ihrem Grad entsprechenden Gürtel. Die Schülergürtel haben je nach Grad die Farben Weiss bis Braun. Beim Meistergürtel, dem Dan, unterscheidet man zehn Grade.

Mehr über Judo erfährt man auf Wikipedia oder auf der Homepage des Jiu-Jitsu- und Judo-Clubs Brugg, www.jjjcbrugg.ch oder www.nlzbrugg.ch.

Wie kamen Sie, Herr Kistler, zum Judo?
Das war zufällig. Mit zwölf Jahren kam ich im Schulsport mit Judo in Berührung, und Nachbarskinder nahmen mich in den Club mit. Der Sport gefiel mir auf Anhieb.

Haben Sie durch den Judosport etwas fürs Leben gelernt?
Der Leistungssport hat mich weitergebracht. Ich habe gelernt, mich zu fokussieren und zu konzentrieren. Ich behalte auch in schwierigen Situationen die Nerven. Vom Judo her bin ich mir 1:1-Situationen gewohnt. Ich respektiere mein Gegenüber, aber ich schrecke vor niemandem in Ehrfurcht zurück.

Kann Judo als Lebensschulung betrachtet werden?
Judo als Breitensport hat sicherlich einen pädagogischen Aspekt. Für jeden gibt es einen Stärkeren und einen Schwächeren. Du erfährst dich in beiden Rollen, das bringt eine gewisse Demut mit sich. Nützlich ist ausserdem, dass du fallen lernst – und Rücksicht nehmen auf dein Gegenüber.

Rücksicht im Wettkampf?
Im Breitensport gibst du weniger Gas, wenn du merkst, dass dein Gegenüber schwächer ist. Für Leistungssportler untereinander ist es anders. Dort braucht es auch Härte und Egoismus. Du musst unbedingt gewinnen wollen.

Nach den Olympischen Spielen 1992 in Barcelona beendeten Sie Ihre Sportlerkarriere. Seit fast zwanzig Jahren trainieren Sie nun die Brugger Elite. Ist Trainer Ihr Traumberuf?
Ich bin nicht von Beruf Trainer, das ist mein Hobby. Wenn ich damit vernünftig verdienen könnte, dann wäre es für mich sicher ein toller Beruf. Ich gebe gerne Trainings. (Er überlegt.) Aber ich möchte nicht mehr so oft reisen wie früher, weil ich lieber zu Hause bei meiner Familie bin.

Was macht die Brugger Elite so erfolgreich?
Es braucht Disziplin, Entschlossenheit, Mut und Siegeswille. Wichtig ist auch Präzision.

Inwiefern Präzision?
Ein Kämpfer muss es genau nehmen im Training – sowohl beim Krafttraining als auch bei den Be-

Der erfolgreichste Brugger Judoka und Judotrainer Daniel Kistler

wegungsabläufen. Wer erfolgreich sein will, muss richtig trainieren und unermüdlich versuchen, besser zu werden.

Hat der Umzug des Leistungszentrums Einfluss auf den Erfolg der Brugger Judokas?
Sicher, die Konkurrenz ist gestiegen. Wenn zum Beispiel einer etwas länger Kraftübungen macht, zieht der andere nach. Sie schaukeln ihre Leistungen gegenseitig hoch.

Wie ist der Zusammenhalt unter den Judokas?
Teamgeist ist wichtig. Die Elitekämpfer gehen nach den Trainings regelmässig aus und haben Spass miteinander. Sie übernehmen auch Verantwortung in der Nachwuchsförderung. (Kistler weist während des Gesprächs auf Patrick Moser und Domenik Wenzinger hin, die vier Jugendliche im Training anleiten.)

Die Brugger haben im Jahr 2012 auch einige Schweizer-Meister-Titel im Einzel gewonnen.
Bei den Erwachsenen haben wir drei von sechs Titeln geholt (Michael Iten, bis 60 kg; Domenik Wenzinger, bis 90 kg; Patrick Moser, über 90 kg) und bei den Junioren einen. Das war mein Sohn, Michael Kistler.

Wie ist es, den eigenen Sohn zu trainieren?
Das geht gut – meistens. Er ist eher spät dazugekommen. Bis er fünfzehn Jahre alt war, trainierte er nicht besonders intensiv, und ich habe nicht erwartet, dass er diesen Ehrgeiz noch entwickeln würde. Sein Erfolg freut mich.

Warum sind die Frauen in Brugg weniger erfolgreich?
Wir haben keine Frauenkampfmannschaft. Zwei bis drei Frauen würden dazu ausreichen. Von Zürich kommen Elitekämpferinnen regelmässig hierher, um zu trainieren.

Die erfolgreichen Judokas Sergei Aschwanden (Bronze an den Olympischen Spielen 2008 in Peking) und Ludovic Chammartin (Silber an der EM 2013 in Budapest) kommen aus der welschen Schweiz. Wann wird es einen Brugger an einer WM oder an den Olympischen Spielen geben?
2016 in Rio.

Wie wichtig ist der Breitensport für den Brugger Judo-Club?
Sehr wichtig. Wir hatten immer sehr gute Präsidenten, die eine schöne Balance zwischen Leistungs- und Breitensport fanden und uns vom Leistungssport den Rücken freihielten.

Welche Ziele haben Sie noch?
Ich wünsche mir, dass der Betrieb gut läuft und eine Nachfolge kommt, damit ich mehr geniessen kann.