

2011

- **11.12.2011:** Testing day results 2011 in Zuerich. Congratulation to Andre (Black Belt) and Giuliano (Brown Belt)



- **10.12.2011:** Testing day results 2011 in Zuerich. Congratulation to Leo and Wesley (Blue Belt), Remo and Michel (Blue Belt 2)



- **08.11.2011:** Am 08.11.2011 um 12:25 Uhr ist die Tochter von Nick Haller zur Welt gekommen. Herzliche Glückwünsche.
- **05.11.2011:** IDM 2011 Neuried-DE. Ganz kurz: 3 Kämpfer, 4 Medaillen, 1x Gold, 1x Silber, 2x Bronze. [Pre-Trailer..](#)



- **20.09.2011:** WELCOME TO THE ACADEMY: Michael Schüpbach, 20. Oktober; Marc Hutmacher, 20. September; Eric, 16. August; Daniel, 01. August; Sascha, 04. Juli; Lucie, 06. Mai; Marko, 06. Mai; Stefan, 06. Mai; Valon, 05. April; Mark, 19. Januar; Guillaume, 13. Januar; Sandro, 12. Januar; Richard, 12. Januar
- **23.08.2011:** Jiu-Jitsu Academy WORBLENTAL [Trailer](#) mit Rico Bastos
- **01.08.2011:** 15 Stunden mit Ricardo Bastos Aug-1-5. Mehr Fotos auf [Facebook](#)



- **28.05.2011:** 3. Platz für Wesley - Mata Leao No Gi Swiss Grappling League -70kg



- **11.01.2011:** [Dojo Regeln](#)

2010

- **Happy XMAS Break:** Die Schule bleibt während den Festtagen geschlossen. Wir trainieren wieder am Dienstag, 11. Januar 2011 mit Gi! Till next time - train smart, train hard, train save! Xmas gift, [here..](#)
- **Jahresrückblick 2010:** Wie kann man nur dieses Jahr auch "toppen" ;-)
 - 12 neue Mitglieder
 - 6 Erfolgreiche Gurt-Prüfungen: 4x blau, 1x violett, 1x braun
 - 3 Turniere und 12 Medaillen: 1x gold, 4x silber, 7x bronze
 - 7 Intensive Workshops durchgeführt mit 153 Techniken
- **Michel neu die Nummer 1:** Michel besuchte bei uns 85 Trainingseinheiten und hat somit einen neuen Rekord aufgestellt.
- **18.12.2010:** Security Team Fribourg-Gottéron besuchten 2 Workshops (20.11.2010 + 18.12.2010) in Academy.



- **01.12.2010:** I am not impressed if you WIN or LOSE. What I want to see is your use of the fundamentals of Jiu-Jitus. It does not matter how it ends. I do not care if you tap five times as long as you try to use techniques!
- **30.11.2010:** BUDOSPORT NIPPON ZÜRICH. Aktivmitgliedschaft kriegen Rabatt auf www.budo.ch. Bestellung bitte über Giu.
- **13.11.2010:** Glückswünsche an Michel, Huli, Remo und Chrigo für die bestandene Blau Gurt Prüfung vom Samstag, 13. November 2010 in der Triangle Academy Zürich. Die Jungs haben eine tolle Leistung gezeigt, haben viel und hart trainiert, Ausdauer und Wille gezeigt und leben voll den "GJJ Spirit".



- **11.11.2010: new member:** Philipp Fersch. Welcome to the jungle!
- **16.10.2010:** 7 Gladiatoren traten am Samstag an der IDM-10 in Neuried-DE. Es gab viele Überraschungen wie "gewonnen Kämpfe, viele Medaillen und das wichtigste KEINE Verletzungen. War schön zu sehen, dass das Team Bern auch unter der grossen BJJ-Masse mitmischen konnte. Leo (3. Platz); Andre (2. Platz); Luca (3. Platz); Giu (2x 2er + 1x 3. Platz OPEN Kategorie); Wesley für den 1. gewonnen Kampf; Michel und Stefan für die erste Teilnahme an einer BJJ Meisterschaft.



- **09.10.2010:** Am Samstag trainierten wir über 3 Stunden "pure BJJ" mit Prof.. Jailson. Nochmals vielen Dank für das tolle Training!



- **18.09.2010:** Das Team Reyson Gracie Bern kämpfte am Samstag an der 2° JJ European Championship - Morges/Geneve! Herzliche Glückswünsche an: Cupa (2. Platz), Luca (3. Platz), Wesley (3. Platz), Leo, Huli und Neffa ;-). More click here..



- **11.09.2010:** Am Samstag trainierten 8 hungrige BJJ Kämpfer über 3 Stunden Gracie Jiu-Jitsu "Wettkampf Vorbereitung".
- **27.07.2010:** **1 new member:** Martin Wyss, welcome to the jungle!
- **24.07.2010:** Am Samstag trainierten 12 hungrige BJJ Kämpfer über 3 Stunden Gracie Jiu-Jitsu the "Open Guard". Folgende Kämpfer wurden graduiert: Huli + Misch 4 Stripes; Cupa, Leo + Nick 1 Stripe - Well done and keep training!



- **29.06.2010:** **3 new members:** Nicola, Demir und Luca ! Welcome to the jungle!
- **19.06.2010:** Am Samstag trainierten 11 hungrige BJJ kämpfer/in über 3 Stunden Gracie Jiu-Jitsu no-Gi
- **01.06.2010:** **2 new members:** WESLEY DE SOUZA und RAMIL Wakil! Welcome to the jungle!
- **29.05.2010:** Am Samstag trainierten 13 hungrige BJJ kämpfer/in über 3 Stunden Gracie Jiu-Jitsu the "Mount".
- **16.05.2010 Competition Kriens:** Das Team nahm am letzten Weekend in Kriens/LU an einem BJJ Gi Turnier teil. Wieder einmal war ei eine super Erfahrung und viele Überraschungen. Neffa (1. Platz Anfänger -90kg), Dams (3. Platz Anfänger +90kg), Ciccio (3. Platz Anfänger +90kg) + Giu (3. Platz Purple+ -75kg). Mehr Fotos unter www.nextpic.ch selbst bestellen. Or [Youtube](https://www.youtube.com/) :-)



- **11.03.2010 Neffa:** Herzliche Glückswünsche an Neffa für seinen tollen Thai-Box kampf.



- **01.03.2010:** **2 new members:** Bänz Flückiger und Riccardo Arnesano Welcome to the jungle!

- **13.02.2010 Mario Stapel:** Am Samstag besuchten Remo, Huli und Giu ein "MMA Workshop" von [Mario Stapel!](#)



- **08.02.2010: 1 new member:** Leonardo Hofer. Welcome to the jungle!
- **06.02.2010: BJJ Graduierung:** Am Samstag während dem GJJ Training von Franco wurden folgende Leute graduiert: Giuliano Purple Belt; Remo, Sebi und Urs 3 Stripes; Hulli und Tiago 2 Stripes; Neffa 1 Stripe. Leandro aka "Lele" Yellow Belt ;-)



- **25.01.2010: Andre Amhof:** Good news. Ab März wird Andre Amhof (GJJ Braun-Gurt Träger) mich als Trainer unterstützen. Welcome "back" to the team, *Giuliano*
- **22.01.2010: Jiu-Jitsu University book by Saulo Ribeiro:** If you don't have it please [order!](#) Best book ever!
- **01.01.2010: 2 new members:** Stefan Wüthrich und Nick Haller. Welcome to the jungle!

2009

The key is not the "will to win" - everybody has that. It is the will to prepare to win that is important.

- **Nummer 1 im 2009:** Ursus besuchte bei uns 61 Trainingseinheiten. Herzliche Glückwünsche Ursus ;-)



- **ROGER GRACIE in Zürich:** Am Samstag, 12-Dez-2009 besuchten Remo und Giu das einzigartige no-Gi Seminar mit KING ROGER GRACIE [Mehr über Roger Gracie..](#)



- **Weihnachtsferien:** Die Schule bleibt vom 16.12.09 - 04.01.10 geschlossen. Trainingstart: Di, 05.01.2010
- **2 new member in Nov-09:** Big welcome to Christian Geiser und Benjamin Rittner
- **IDM-9, 17.09.09:** Am Samstag kämpften: Neffa, Diego, Giu, Thiago, Urs, Sébastian. Herzliche Glückwünsche. Ziel wurde 100% erreicht. Keine Verletzungen, viel gelacht, einige Kämpfe gewonnen und sogar 2 Pokale :o))



PS: Kämpfe und du kannst verlieren. Wenn du nicht kämpfst, hast du bereits verloren

- **Sa, 26.09.2009:** Am Samstag trainierten wir 3 Stunden GJJ mit dem Fokus MMA. 13 Stück: Huli, Sebastian, Ursus, Michelle, Rafael, Simon, Damn, Ciccio, Diego, Maia, Stephan & Nick!

- **BJJ Brown Belt Exam:** Klick [hier](#)..
- **BJJ Purple Belt Exam:** Klick [hier](#)..
- **7 new member in Sep-09:** Big welcome to Thomas, Flavio, Stephane, Marco, Seri, Rafael, David
- **Sa, 22.08.2009:** Am Samstag trainierten wir 3 Stunden GJJ. Programm Back Position - siehe Foto. "Stripes Promotion": Urs > Stripe 2 und Sebastian Stripe 1 !! Keep training !!



- **Philosophy Footlocks:** "If you're having trouble passing the guard, go for their foot, and when their focus shifts to defending the footlock, pass the guard." -Ryron Gracie
- **Wedding:** Tiago hat geheiratet. Die Academy wünscht nur das BESTE !!
- **New member 01-Juli-09:** Big welcome to Pascal Vaucher!
- **Sa, 20.06.2009:** Das letzte Samstag Training wurde von Metre [Franco Vacirca](#) geleitet. Vielen Dank für das tolle Training.



- **New member 01-June-09:** Big welcome to Sebastian Buser!
- **Reyson Gracie (9 Dan BJJ) Seminar 23-Mai-09, Zürich:**



- **Missed May class?** Underhook Lapel Chocke. Click [here](#).
- **Missed May class?** Butterfly Catch. Click [here](#).
- **3 new member 01-May-09:** Big welcome to Emerson Rago, Brian Sabayton, Patrik Cupa!
- **BJJ Graduação May-09:** Herzliche Glückwünsche an Christophe Hilty aka Hully (Level 1) und Patric Trummer (Level 2)
- **BJJ Graduação 18.04.09:** Herzliche Glückwünsche an: Remo & Mischu (Level 2) und Urs, Diego and Thiago (Level 1)



- **Member back in the Academy 01-Apr-09:** Big welcome to Cyrus Vakili !
- **New member 01-Mar-09:** Big welcome to Neffa Mara !
- **2. BJJ Training:** Good News! Ab März 09 findet jeweils am Dienstag (Woche 1+2) ein 2. BJJ Training statt!
- **Grand Master Helio Gracie (October 1, 1913 – January 29, 2009)**
On Tuesday morning Grand Master Helio Gracie was tanning at his ranch in Brazil, and on Thursday morning at 9:15 he passed on due to natural causes. His legacy will survive forever in all members of the Gracie Family, jiu-jitsu practitioners around the world, and all those who have benefited from the revolution he began. In his final years, the creator of Gracie Jiu-Jitsu often spoke of his satisfaction with his life's work. He openly stated that he had accomplished everything he had set out to do, displaying his preparedness for the transition into the afterlife. The Grand Master believed that such a transition should be seen as a positive step in one's spiritual evolution. In a recent interview he declared: "I've already told my sons that when I die I want there to be a party. No drinking, no debauchery."



"Message from Grand Master Helio Gracie": "The Jiu-Jitsu that I created was designed to give the weak ones a chance to face the heavy and strong. It was so successful that they decided to create a sportive version of it. I would like to make it clear that of course I am in favor of the sportive practice and technical refinement of all athletes, whatever their specialty may be, as well as good nutrition, sexual control, avoidance of addictions and unhealthy habits. The problem lies in the creation of a sport-oriented Jiu-Jitsu, based on rules and time limits, which benefits the heavier, stronger, and more athletic individuals. The primary objective of Jiu-Jitsu is to empower the weak who, for not having the physical attributes, are often intimidated. My Jiu-Jitsu is an art of self-defense in which rules and time limits are unacceptable. These are the reasons for which I can't support events that reflect an anti Jiu-Jitsu."

- **Good-by André:** all the best to André and his family. André is moving back home to Brasil. Keep the contact.



- **07-Jan-09:** Training beginnt wieder ab Donnerstag, 08-Jan-09, 19:00 bis 20:30

2008

PRACTICE = SUCCESS (ÜBUNG = ERFOLG)

- **24-Dec-08:** We hope you enjoyed our classes, programs and activities in 2008! Enjoy any holidays you may be taking, and keep training regardless! Till next time - train smart, train hard, train safe !!



PS: Dojo bleibt vom 21-Dez-08 bis am 05-Jan-09 wegen Weihnachtsferien geschlossen.

- **09-Dec-08 Kids Jiu-Jitsu:** Am DI besuchte uns die Klasse von Michael Klein (Klasse 7-9) :o)
Thema: Mount-Escape & Guard-Sweep. Vielen Dank für den Besuch und für Peter's Unterstützung.



- **Dezember 2008:** Im Dezember trainieren wir einen Monat "no-Gi". Thema: Grappling/Luta Livre
- **8 SAMSTAG-TRAINING, 29-Okt-08:** 6 hungrige Kämpfer/in trainierten 2.5h Grappling (no-Gi) !!
Somit trainierten wir 8x im Jahr 08 !! Sprich wir werden es im 09 weiterführen mit den "SA" Trainings!
- **Do, 20-Nov-08:** 12 hungrige Kämpfer/in vom Donnerstag, 20. November 2008. Keep training !



- **Do, 13-Nov-08:** 7 hungrige Kämpfer trainierten 2.5 Stunden "pure BJJ" mit **Master Caveirinha** aus Brasilien.
Nochmals vielen Dank für das tolle Training und hoffentlich bis bald !!

Fondateur de l'équipe Caveirinha Brésil élève direct de Carlos Gracie Jr. Mehr..



- **New member (#5) 28-Okt-08:** Big welcome to [Leandrinho](#). Background Jiu-Jitus under Giu ;o)



- **IT mit Franco, 25-Okt-08:** Team Bern (2. Kämpfer) besuchte das intensiv Training von Franco. Thema: Wirst du beim nächsten Training sehen.



- **"8" ;o) SAMSTAG-TRAINING, 04-Okt-08:** 6 hungrige Kämpfer trainierten über 3 Stunden "pure BJJ". Thema: Triangle Part II und Oma-Plata von der Guard, inkl. Randori !!



PS: War es wirklich, dass 8te SA-Training? ;o)

- **02-Okt-08 Zitat:** Learning to love failure is one of the keys to becoming highly successful.
- **01-Okt-08 Happy Birthday Helio:** Helio Gracie wird 95 !! [Fotos und mehr..](#)
- **25-Sep-08 Zitat:** Maximum efficiency in Jiu-Jitsu is based on simple moves that, when practiced, are highly effective and do not cause injury in training.
- **13-Sep-08 BJJ in ZH:** Giu besuchte am Samstag das pure BJJ Training von Örlikon/Zürich ([Ausschreibung](#)). Unser Freund Alain Kuenz holte nach 45min Randori (ohne Pause !!) den Blauen Gürtel. Well done Alain !!



- **06-Sep-08 LEANDRO:** I am born on Saturday the 6-Sept-08 @ 15:04pm. I am healthy, 2990g, 52cm tal and I have the same nose like my Daddy. My parents goes well and they are soooooo proud of me. Watch-out GUYS I will be soon on the mat to choke your out ;o)



PS: Leandro is from the Greek Λεανδρος (Leandros) which means "lion of a man" from Greek λεων (leon) "lion" and ανδρος (andros) "of a man". Now used in Italy, Brazil, Spain and Portugal.

- **6. SAMSTAG-TRAINING, 30-Aug-08:** 8 hungrige Kämpfer trainierten 3 Stunden "pure BJJ". Thema: Triangle von der Guard, Spideguard, Sidecontrol & Flying Triangle (inkl. 1h Randori) !!



PS: Ziel erricht -> Nebel wurde generiert, siehe Foto 2 ;o)

- **Hygiene im Dojo 29-Aug-08:** Wichtig vor dem Training. [Mehr..](#)
- **September & Oktober BJJ mit Gi:** Ab Donnerstag, 04-09-08 trainieren wir wieder am DO mit Gi.
- **26-Aug-08 Prinzipien & Werte:** Im JJJSW werden folgende Werte gepflegt und gelebt:
 - Höflichkeit - Formen pflegen
 - Ehre - Werte leben
 - Aufrichtigkeit - Sich ohne Hintergedanken voll einsetzen
 - Respekt - Sich selber, die anderen und die Prinzipien der Kampfkünste achten
 - Bescheidenheit - Mehr sein als scheinen
 - Mut - Das Richtige tun
 - Selbstbeherrschung - Nicht vom Weg abweichen
 - Freundschaft - Alle tun, um miteinander zu gedeihen

- **20-Aug-08 Sergei Aschwanden:** JJJSW gratuliert Sergei zur Bronzenmedaille an der Olympiade in Peking 2008. Karte von Segei für die JJJSW. Click [hier](#) ;o)
- **New member (#4) 01-Aug-08:** Big welcome to Andre Amhof. Background BJJ under [Franco Vacirca](#).
- **31-Jul-08 Zitat:** "Wenn Du noch nie einen Kampf verloren hast, hattest Du einfach nicht die richtigen Gegner". "Für jeden Angriff gibt es einen Konter und für jeden Konter wieder einen Konter". "Einige haben das Zeug dazu, andere nichts als Ausreden" - by Mario Stapel
- **30-Jul-08 no-Gi training im Aug-08:** Im Monat August trainieren wir jeweils am Donnerstag "ohne Gi"
- **29-Jul-08 Lukas Rediger:** Lukas bestand gestern die Gelbgurt Prüfung. **Für mich war es die beste Gelbgurt Prüfung aller Zeiten !!** Alle Techniken wurden schnell, präzis und qualitativ sehr hoch ausgeführt. Schade, dass wir keine Zuschauer hatten den Lukas ist das beste Beispiel für unser 2008 Moto (practice = success). 2 weitere Punkte haben mich imponiert. Während meiner Verletzung hat er ohne einen Kommentar das "warm-up" übernommen und gestern besuchte er noch das Training nach seiner Prüfung. **You are wise man, keep training !!**



- **New member (#3) 25-Jul-08:** Big welcome to André Barbosa from Sao Paulo ! Background BJJ under [João Roque](#)
- **22-Jul-08, Goodby Adel:** Unser Freund Adel verlässt die Schweiz per Sept-2008 und zieht nach Brüssel um. Jedoch wird Adel uns immer noch als Passiv-Mitgliedschaft unterstützen. Thanks mate !! Die Jiu-Jitsu Schule
- Worblental wünscht alles GUTE für die Zukunft. Warm regard from the Team !! Keep the contact and keep training!



- **11-Jul-08: Mindset Tip of July:** Always assume that your opponent is going to be bigger, stronger and faster than you; so that you learn to rely on technique, timing and leverage rather than brute strength." [Helio Gracie](#)
- **30-Jun-08:** Hier findest du Franco's Feedback über das 5. SA BJJ Training. [Mehr >>](#)
- **07-Jun-08:** Giu feiert "25 Jahre Jiu-Jitsu Club Worblental". "Jiu-Jitus is a way of living"
- **10-Jun-08:** [Hier](#) findest du Fotos über die BJJ 2008 World Championship in CA!
- **New member (#2) 11-Jun-08:** Big welcome to Christoph Hilty !
- **Technique of May:** Kimura – The Kimura shoulder lock is can be done from a variety of positions. This month Rener shows the "Rider Variation" from the Guard. [Click to Watch - Kimura - Rider Variation](#)
- **Mindset Tip of May:** "Rule #1: If you're on top, achieve the mount. Rule #2: If you're on the bottom, achieve the guard. Rule #3: Never give your back to your opponent - by Helio Gracie
- **5. SAMSTAG-TRAINING, 24-Mai-08:** Team Bern (6. Kämpfer) besuchten die BJJ-Klasse von Franco. Thema: Passing the Guard, Triangle-attach und viel Randori. Nochmals vielen Dank für das tolle Training!!



- **BJJ-drills by Andre Galvao:** [Drill](#) ..viel spass!
- **Rubber-Guard by Eddie Bravos:** [Klick hier](#). Sehr EFFIZIENT.
- **Donnerstag BJJ:** Mai, Juni und Juli 08 wird jeweils am Donnerstag mit-Gi trainiert. Cu!
- **Japanisch Deutsch Lexikon 23-Apr-08:** [Mehr hier >>](#)
- **Gracie Girl T-shirt:** Endlich, nun hast du die Gelegenheit bei deiner nächster Bestellung auch für deine Frau/Freundin/Schwester/Mutter etc. mit einem "Gracie T-shirt" zu schmücken. Sieht doch sexy aus ;o)



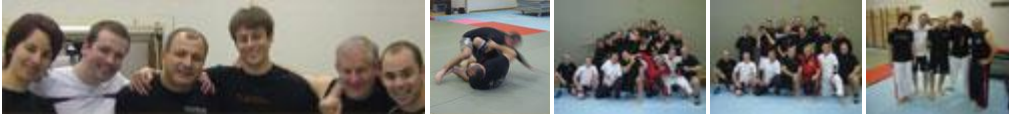
- **4. SAMSTAG-TRAINING, 19-Apr-08:** 10 hungrige Kämpfer trainierten über 2 Stunden SUBMISSION-GRAPPLING: 5 Takedowns -> One-leg-lift-throw; 2. One-leg-push-throw; 3. One-leg defence; 4. GUILLLOTINE neck-choke; 5. Kimura & armlock AND 1. Ground -> Guillotine from THE Turtle positionand a lot of Randori !!



PS: Ziel erricht -> Nebel wurde generiert, siehe Foto ;o)

- **Yan Cabral:** Unser Freund Yan gewann seinen MMA fight in Luxemburg mit Armlock. Well done. Click [here](#).

- **Gokor, Do, 03-Apr-08:** Am Donnerstag fand in Spiez ein Grappling-Seminar mit [Gokor](#) statt. Wir unterstützten GTS-Spiez mit 4-Leute (Pädu, Lu, Andrea and Giu). Zusammenfassung bald...



- **3. SAMSTAG-TRAINING, 29-Mar-08:** Wir hatten 6 Kämpfer und 1 Kämpferin mit dem Fokus "MMA". Thema: 3 Takedowns (1. Body lift from the back & back mount; 2. Back through & mount; 3. Body lift from the front & side control), 1 closed guard escape and a lot of ROLLING (incl. punching & kicking). Nach dem Training fand ein gemütliches treffen bei Giu mit viel "old-school-fight-movies" wie z.B. [Gracie in Action](#) ;o)
- **Mindset Tip of Apr:** Position before submission - "As soon as you achieve a dominant position in a fight, your opponent will use every ounce of energy to escape from underneath you. If you attempt to submit them during their chaotic escape attempt, the chance of success is far less than if you were to wait until they exhaust their energy and then go for the submission. Position before submission."
- **Reminder No-Gi:** Im März und April 2008 trainieren wir jeweils am DO "no-Gi" (Grappling). Als Vorgesmack check this out: [No Gi Worlds trailer](#) (nur mit Ton anschauen) !!
- **Gracie Insider: [Footlock Defense](#)**
- **Rocky:** Life isn't about how hard you can hit, it's how hard you can be hit and keep moving forward.
- **2. SAMSTAG-TRAINING, 24-Feb-08:** Am Sonntag fand das 2. "Samstag" Training mit [Yan Cabral](#) statt. Wir hatten 10 Kämpfer + 2 Kämpferin. Fokus: Side+/Guard-Choke mit Gi. Nochmals vielen Dank für alle die den Kurs unterstützt haben.



- **[Samurai T-Shirt from Helio Gracie:](#)** "What the Samurai did with their swords, we do with our hands."
- **Mindset of Feb-08:** Train hard, win easy !!
- **05-Feb-08 Jiu-Prüfung:** Well done Fabio für deine tolle Orangegurtprüfung. Weiter so !!



- **Feb-08 GJJSN-Wintercamp:** Giu besuchte das GJJSN-Wintercamp in ZH (31.01.-02.02.). Das Camp wurde von Metre Franco Vacirca durchgeführt. Wir trainierten über 10-Stunden authentisches GJJ. Programm > [CAMP in ZH](#)



- **1. SAMSTAG-TRAINING, 26-Jan-08:** Wir hatten 6 Kämpfer und 1 Kämpferin :o)
- **New member (#1) 11-Jan-08:** Big welcome to Urs Zürcher !! Background Ju-Jitsu.
- **Mindset of Jan-08:** "If you are training with time limits and weight classes in mind, you are not training for reality"
- **Rorion Gracie:** At that time nobdody new about GJJ, it was completely new! More click [here](#)..
- **Reyson Gracie:** The blend of Martial art and Musical art. [Movie 1](#) & [Movie 2](#)

2007

- [Events, Competition, Stage, Exam, Camp, Holiday and more:](#)
- **21-Dec-07:** We hope you enjoyed our classes, programs and activities in 2007! Enjoy any holidays you may be taking, and keep training regardless! Till next time - train smart, train hard, train safe !! >> x-mas gift - Click [here](#) ;o)
- **Di, 18-Dez-07:** Mui-Thai Training mit Peter aka LazyDragon & Heinz aka WeaponDragon !!



- **Di, 14-Dez-07:** Good by Training mit Mät. Du wirst uns fehlen !! Take care and keep training !!



- **17-Nov-07:** Kimberly Sophie wurde am 17-Nov-07 geboren. Herzliche Glückwünsche an Gui Ryf!



- **Matthias Forster + Daniel Bachofner:** Leider werden uns per ENDE Jahr-07 zwei "Muster-Schüler" unsere Academy verlassen. Mä2 zieht um nach Winterthur and Dänu hat eine Ausbildung begonnen und wird deshalb eine kleine Auszeit starten (Bis Dez-08). Mä2, da du bald in der nähe von Zürich leben wirst könntest du Franco's Schule besuchen? Nummer 1 !! Mehr Infos über Franco's BJJ Schule at <http://www.graciejiujitsu.ch/>



- **More BJJ @ JJJSW:** Good news!! ab Jan-08 findet jeweils am Samstag 1x im Monat eine weitere [BJJ-Klasse](#)!!
- **Oct, Nov and Dec '07 update 70/100:** 100 things you should do before getting your back belt ;o)
- **No-Gi Training:** Im Monat Dez-07 findet jeweils am Donnerstag einen "NO-GI" Klasse statt. Zeit 19:00-20:30!!
- **Mindset of the Month:** "The most important thing when training Gracie Jiu-Jitsu is that you should effectively prepare yourself for the worst case scenarios. Make sure that every technique you learn can be applied on bigger, stronger, faster opponents in the context of a real fight. If you learn a technique that is not street applicable, forget it as soon as you can."
- **Jahresrechnung 2008:** Jahresrechnung bis spätestens am 31.12.2007 einzahlen. Thanks a lot.
- **Submission Master Grappling Dummy:** Click [here](#)
- **Retro Jiu-Jitsu:** Carlos und Helio Gracie. Click [here](#)
- **New member 06.11.07:** Big welcome to Remo Schären (ab 01-Dec-07) !!
- **7. IDM 20-Okt-07:** Tom (<94kg) & Giu (<76kg) holten sich den 2. Platz an der 7. Internationale Deutsche Meisterschaft im Brazilian Jiu-Jitsu. Nochmals vielen Dank für die tolle Unterstützung an Andre.



- **Helio Gracie 01-Okt-07:** [Helio Gracie](#) wurde am 1. Oktober 1913 geboren und feiert heute seinen 94. Geburtstag.

- [New Blue-Belt's 21-Okt-07](#): Tom (blue-belt) und Giu (blue-belt 2) holten einen weiteren Gürtel im BJJ.



- [Reyson Gracie in BERN 20-Okt-07](#): Am Donnerstag besuchte [Reyson](#) (3. Sohn von Carlos Gracie) unsere Academy zum 2x. Schulen aus Bern, Friburg, Spiez, Aarau, Schwyz, Zürich und Athen unterstützen den Reyson workshop.

"Heutzutage kann die ganze Welt Jiu-Jitsu, der Unterschied liegt im kleinen Details, die es in den technischen Niveaus der Athleten gibt. Wenn man mit den Gracie übt, ist das so, als würde man Wasser aus der Quelle trinken"!!



- [Sep '07 update 40/100](#): 100 things you should do before getting your back belt ;o)
- [Sep-07: Statement of the month](#): "Most people have the will to win; Few people have the will to PREPARE to win"
- [New member 14.08.07](#): Big welcome to Roger Mühlemann !!
- [Aug-07: Tip of the month](#):
"If your training against someone more skilled than you, focus on surviving and learning. If you training with someone less knowledgeable than you, focus on testing new moves and teaching them what you did."
- [15.08.07: Was ist Gracie Jiu-Jitsu von Franco Vacirca](#): [Click here !!](#)
- [15.08.07: BJJ Graduierung \(english only\) von meinem Freund John Will \(Australia\)](#): [Click here](#)
- [Aug '07 update 30/100](#): 100 things you should do before getting your back belt ;o)
- [Ju-Jitsu Fighting Nov-07](#): 17.11.07 KBJM KBJV Ju-Jitsu Open, Duo System, Fighting System Thun
- [New FLYER is available](#): Danke für euere Unterstützung. Keep growing !!
- [July '07 update 20/100](#): 100 things you should do before getting your back belt.
- [Training class from June/July 2007](#):



- [Are YOU still wondering WHY women should train Gracie Jiu-Jitsu?](#)
Here is the answer... [straight from the true source >>>](#)
- [Leao Vieira \(BRA\) vs. Yuki Nakai \(JAP\) 10min video clip >>>](#)
- [June '07 10/100 update !!](#): 100 things you should do before getting your back belt
- [Selbstverteidigung für Kids 05.06.07](#): Am Dienstag fand ein Jiu-Jitsu Training mit der 8. Klasse Stettlen statt. Über 14 Teilnehmer. Nochmals vielen Dank an Fabio für die Unterstützung als UKE !!
- [New member 01.05.07](#): Big welcome to Cyrus
- [New member 01.05.07](#): Big welcome to Alessandro
- [LET'S GROWTH](#): Mitglieder die [Neumitglieder werben](#), erhalten ein Club-T-shirt gratis als Dankeschön. Danke für euere Unterstützung. Hier findest du den [FLYER](#) über unsere Schule !!
- [Yan Cabral 28.04.07](#): Am Samstag fand bei uns ein BJJ Training mit [Yan Cabral](#) statt. Über 3hrs pure BJJ !!! Vielen Dank für die Unterstützung an JJCB, Jiu-Jitsu Academy Worblental und Philipp Quesada.



- [In-hose BJJ Turnier 25.03.07](#): Am 25.03.07 fand in Zürich das "In-house BJJ-Turnier" bei den Vacirca's statt. Peter und Tom holten gute Erfahrung bei den "beginners" und Giu den 3. Platz in der "open advanced class".
- [New member 08.02.07](#): Big welcome to Mischu Marti
- [Selbstverteidigung für Kids 06.02.07](#): Am Dienstag fand ein Jiu-Jitsu Training mit der 9. Klasse Stettlen statt. Über 16. Teilnehmer. Nochmals vielen Dank an Patric für die Unterstützung als UKE !!
- [Tiago da Silva 06.02.07](#): Tiago unser BJJ-Muster-Schüler geht wieder zurück nach Rio. All the best !!
- [European Jiu-Jitsu Championship January 27th & 28th in Lisboa, Portugal](#):
Tom und Giu kämpften am SA und SO unter VACIRCA TEAM EUROPE. Leider ohne Medaillen !! Tom verlor nur gegen den European Meister 2007 (Heavy Adults) und Giu durch den Belgier Kategorie Feather Master.



- **Giu in Dubai 21.01.07:** Giu trainierte BJJ in Dubai UAE (Geführt von Carlos Santos "der Bulle aus Dubai") mit Olavo Abreu und Bruce Tafoya. Mehr über diese Schule unter www.blackbeltscenter.com



- **Supporting Jiu-Jitsu in den Favelas:** Giu unterstützt in den Favelas damit auch dort die ärmsten Kinder Jiu-Jitsu ausüben können. Mehr über diese Unterstützung werden wir bald berichten...
- **01.01.07 - All the best ...**
I wish you all a wonderful start to the New Year. May you continue to find all the joy and happiness that the martial arts life has given me over the years. *Train Smart - Train Safe! - Giu / Team Jiu-Jitsu Academy Worblental*

2006

- 22.12.2006: Wir sehen uns am Donnerstag den 4. Jan 2007 wieder!
Dojo bleibt geschlossen bis am 3. Januar 2007. Have a nice break !!



- **New member 20.12.06:** Big welcome to Tayrone Pereira from [Bahia](#) Brazil to our Academy
- **KOM-3 Resultat 17.12.06:** Alain Kunz kämpfte den 3. Platz in der -78 kg für die Jiu-Jitsu Academy Worblental !! Alain verlor nur ein einziger Kampf gegen den Gewinner dieser Gewichtsklasse aus Amerika (purpel belt) der auch die absolut (open class) gewonnen hatte. Sehr gute Leistung Alain !! Weiter so !! Picture click [here!](#)
- Ben Hall 16.12.2006: **[Carlson Gracie Jiu-Jitsu No-Gi Seminar with Ben Hall](#)**
Am Samstag fand bei uns ein Ben Hall (Schüler von Carlson Gracie) no-Gi Seminar statt. Der Fokus war Leg locks. Anwesend 24 Stück (JJJSW, Vacirca, GTS Schweiz und JJCB). Nochmals vielen Dank für die Unterstützung.



- 09.12.2006 Franco Vacirca in Spiez: Tom, Patric und Giu besuchten den Kurs in Spiez.
- **New member 07.12.06:** Big welcome to Michael Reist from Interlaken to our Academy
- **New member 20.10.06:** Big welcome to Diego from Rio Brazil to our Academy
- **New member 20.10.06:** Big welcome to Tjago da Silva from Rio Brazil to our Academy
- Jiu-Jitsu in ATHENS 07.10.2006: with Dimitrios Gletzakos & special guest [Andreas Schmidt!!](#)



- Summer-break: Dojo is closed from 31.08.06 - 24.09.06
- VTE Summer-Camp: Do, 24-26.08.06 fand in Zürich das VTE Summer-Camp statt.



[Mehr](#)

- **BJJ manual by Giu "Fundamentals" 11.08.06:** nur CHF 49.00
- Dojo ist wieder geöffnet / The Academy is open again - 08.08.06

- [Wedding 05.08.06: Giu & Moni's wedding, click here for pictures](#)



- [New Academy T-shirt](#) available only CHF 29.00 - July 2006
- Kickbox-Training mit Regula: 18.20.25.27. Juli '06 im [Nippon-Bern](#)



- Dojo unter Wasser !! 05.07.2006



- [New member 01.06.06](#): Big welcome to Claudia to our Academy
- [New member 01.06.06](#): Big welcome to Lukas to our Academy
- VTE in Zürich 13.05.06: Tom, Patric & Giu besuchten in Zürich das "pure BJJ" Training von Franco Vacirca.



- Franco Vacirca in Bern/Stettlen 22.04.06. [Mehr](#)



- [Ju-Jitsu Grüngurt Prüfung 18.04.2006](#): Dänu Bachofner & Mä2 Forster haben eine super mega starke Prüfung gezeigt. Well done - weiter so !!



- [New member 01.04.06](#): Big welcome to Adel to our Academy
- Gokor Submission Grappling Competition 30.03 - 02.04.06: Medaillen für die JJJSW. [Mehr](#)
- REYSON GRACIE in der Jiu-Jitsu Academy Worblental 16.03.06. [Mehr](#)
- REYSON GRACIE und Belt-Ceremony in Zürich 14.03.06 !!



- Franco Vacirca in Bern 04.02.06: Tom + Giu besuchten den Kurs bei Claudio Toma (JJCB)



- [Fight-Plan / Game-Plan](#)

2005

- Jahresrückblick 2005! [More](#)
- Click the [FLYER](#) for advertising the ACADEMY!
- Prüfung Dez 2005: Gratulation für Peter und Giu zum 2. Dan im GTS. [Mehr..](#)
- Roger Gracie Nov 2005: Team Bern besuchten den Kurs in Zürich mit 6 Stück. [Mehr...](#)



- Prüfung 27 Nov 2005: Gratulation für Giu zum "blue belt" im Brazilian Jiu-Jitsu.



- Prüfung 4 Okt 2005: Gratulation für die tolle Ju-Jitsu Prüfung!



Dänu T (Orange) + Fabio (Gelb)

- 2. Ju-Jitsu SM 26 Jun 2005: Team > Chrige, Tom B, Dänu B & Giu



3. Platz für Giu

- Franco Vacirca in Bern Mai 2005. [Mehr](#)



- Am So, 30 Okt 2005 fand im Nippon-Bern ein Fighting Training statt.
Dänu B zeigte starke Leistung !! Giu war erstmals tätig als Kampfrichter !!



[Video 1](#) - [Video 2](#) - [Video 3](#) - [Video 4](#) - [Video 5](#) = Achtung Videos sind 4-10 MB !!

2004

- King of the Mat fand am Sonntag, den 19. Dezember 2004 in Aarau statt. [Mehr](#)
- Hygiene im Dojo. [Mehr](#)
- 2. Open Ju-Jitsu Meisterschaft Thun - 31. Oktober 2004. [Mehr](#)



Well done Dänu für den 3. Platz

- Gratulation Mä2 & Dänu: Für die Orangegurtprüfung im Jiu-Jitsu "Well done" - 24. Aug 2004!!
- Privat Stunden: Falls Du an einer Privatstunde interessiert bist, dann kontaktiere uns unter: giu.haldimann@hp.com oder info@villard.biz - Preis auf ANFRAGE!
- Oli Brenner: 12. Aug 2004 - New member > Welcome to the JUNGLE !!
- Sportmassage: Braucht jemand eine Massage? Bitte Regula Stoop kontaktieren via email - ric.o.la@gmx.ch -
- Taiwado: Mittwoch, 18. August 2004 - 19:30 - 20:30 Uhr mit Regula. More infos - <http://www.taiwado.ch/> -
- **Sommerpause:** Trainingsstart, 10. August 2004 - 19:30 Uhr - Fighting System
- BJJ WM 1998: Donnerstag, 22. Juli 2004, DVD Abe bei Oli Villard - 20:00 Uhr
- Gratulation Roberto: Für die Gelbgurtprüfung im Jiu-Jitsu "Well Done" - Januar 2004!!
- Prüfungsdatum: Dienstag, 13. Januar 2004, JJJSW - 18:45 Uhr

2003

- Apéro bei Anita: Donnerstag, 18. Dezember 2003 - ab 21.30 Uhr
- Gratulation: Fighting System in Thun 2. Nov 03



Valerie 3. Rang - 55kg



Ändu 2. Rang - 85kg



Giu 3. Rang - 69kg

- Gratulation: November 2003, Lazy Dragon Pesche & Giu für die Schwarzgurtprüfung im Shootfighting!!