

Trainer-Training in Bad Aibling



Bad
Aib-
ling
-
Et
wa
25
Teil-
neh-
mer

er kamen zum Oberbayerischen Trainer-Training an den BJV-Stützpunkt Bad Aibling, um von Stefan Maier, Träger des 4. Dans, etwas dazulernen: Auf dem Plan standen: Tandoku renshu (Judo ohne Partner, nur mit dem „Schatten“), eine Variante der Aushebetechnik Te Guruma aus der Bewegung, gegen einen Angriff von Uke „über Kreuz“ (Cross grip). Anschließend wurden „Judo Schritte“ (Tsughi Ashi) und später Uchi Mata Gaeshi mit Tsuru Ashi-Schritten geübt.

Ein wahres Highlight war der vom aus Traunreut stammenden Stefan Maier gezeigte Boden-Stand Übergang mit anschließender Sumi-Gaeshi-Variante, eine tolle Technik, die auch zukünftig noch in den Vereinen geübt werden sollte.

Danach wurde ein Übergang Stand-Boden gelernt: Ein Partner greift mit einem tiefem Schulterwurf „Seoi Nage“ an, der andere übernimmt und wirft mit einer Art „Eckenwurf“ (Yoko Sumi gaeshi). Oder als zweite Variante, einen Yoko Otoshi.



In der Thematik ging es weiter: Die rund 25 Teilnehmer aus verschiedenen oberbayerischen Vereinen, die häufig als Trainer in ihren Vereinen fungieren, erlernten einen Übergang „Stand-Boden“: Ein Partner greift mit einem tiefem Schulterwurf an, der andere schließt mit einer Würgetechnik ab.

Abgerundet wurden die Techniken durch Erläuterungen zu den aktuellen Regeln / Regelauslegungen der Internationalen Judo Föderation (IJF) und des Deutschen Judo Bundes (DJB).

Zum Abschluss gab es noch Gelegenheit, das neu Erlernte im Übungskampf (Randori) zu testen.

Man war sich einig: Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben viel dazugelernt und hatten viel Spaß!

Das nächste Trainer-Training mit Stefan Maier findet am 29. April in Gröbenzell statt, siehe die bereits verteilte Ausschreibung. *Text: Anamaria Budiu und Denis Weisser*

Fotos: Denis Weisser

