

Kreistraining in Borbeck (DJK Eintracht Borbeck)

Seit vielen Jahren findet 4x im Jahr ein besonderes Kinderjudotraining in Borbeck statt: Alle Vereine aus dem Kreis Essen/Duisburg sind dazu eingeladen. Die Kinder im Alter von 6 -11 Jahren (U9/U12) werden von Detlef Teschner und seinem Team durch ein fantasievolles, ideenreiches Trainingsprogramm geführt. Das Training ist weniger leistungs- sondern eher erlebnisorientiert.

Und die Kinder sammeln auf diese Weise nachhaltige Erfahrungen mit Judokas aus anderen Vereinen. Lauf- und Fangspiele, Staffeln, Geschicklichkeitsspiele, turnerische Übungen, Gleichgewichtsübungen und altersgemäße Judotechniken bestimmen das Programm, das an jedem Abend ein wenig variiert wird. Auch auf Wünsche der Kinder wird eingegangen.

Spielformen, die das soziale Miteinander fördern und Übungen zur Sinnesschulung und Körpererfahrung ziehen sich als roter Faden durch die Trainingsstunden.

Durch Musik wird das Bemühen um Synchronität unterstützt.

Man spürt die Bereitschaft der Kinder zu kooperativen Aktivitäten und Partnerübungen.

Besonders beliebt bei den kleinen Judokas sind organisierte und herausfordernde Gruppenspiele.

Natürlich kommen auch die judospezifischen Techniken im Stand und am Boden nicht zu kurz, sowie das Randori (Übungskampf) und das Fallen.

Das Eigentliche an diesem Training ist aber die Vermittlung von Spaß und Freude, und Detlef ist mit seinem Humor geradezu prädestiniert dafür. Viel Spaß macht es auch, den Kindern zu zuschauen, denn man spürt förmlich ihre Konzentration und Neugierde.

Und alle nehmen etwas zu ihrem Heimatverein mit. Außerdem wird durch die Begegnung so vieler Vereine an einem Ort die Zusammenarbeit im Kreis nachhaltig gefördert.



Michael Wimmer
DJK Eintracht Borbeck