

柔道



Boden-Techniken

Tobias Schröder, 20.03.2017

Hallo liebe Judoka,

am 18.03. hatten wir Besuch auf unserer Matte. Beim letzten Mal hatte Sie sich mit den Worten: „Nach eurer Gürtelprüfung komme ich wieder!“, verabschiedet. Nun tragen die jungen Judoka die jeweils nächste Farbe im Gurt und Silke Rühl (5. Dan) löste ihr Versprechen ein. Diesmal brachte sie uns ein paar neue Bodentechniken mit.



Vorher haben wir uns mit Hallen-Surfen und anderen Spielen aufgewärmt.

柔道



Boden-Techniken

Tobias Schröder, 20.03.2017

Einen neuen Haltegriff haben wir auch gelernt.

Dann wurde alles fleißig geübt.



柔道



Boden-Techniken

Tobias Schröder, 20.03.2017



Aufgaben werden im Team gelöst. Es geht nicht immer nur um das bloße Kämpfen, sondern darum miteinander zu reden und Spaß zu haben.

Schon waren die 3 Stunden wieder vorbei und unsere Gruppe löste sich wieder in Richtungen Tangstedt und Kiel auf. Bis zum nächsten Mal!



Mit sportlichen Grüßen, Euer Tobi