

Kyu-Vorbereitung in den Sommerferien beim Raisdorfer TSV

Ein Judo-Lehrgang "Kyu-Spezial"

Die freie Sommerzeit wurde in Raisdorf für einen intensiven Kyu-Lehrgang genutzt.

"Kyu" bedeutet "Gürtel-Stufe" , das heißt die Judoka haben Techniken im Stand und Boden für ihren nächsten Gürtel geübt und trainiert.

Die Trainerin Silke Rühl, 5. Dan, hat sich gut auf die Gruppe vorbereitet , so dass jeder Teilnehmer individuell betreut werden konnte und für seine nächste Gürtelprüfung Grundtechniken und Anwendungsaufgaben gelernt hat und eine Vielzahl von Varianten mit verschiedenen Partnern ausprobieren konnte.

Spielerisch wurden einige Aufgaben und Varianten zum Thema Fallschule gelehrt und ausprobiert.

Fragen und Wissenslücken zu den Vorkenntnissen wurden von der Kielerin geduldig beantwortet und erörtert.

Im Randori konnten dann die Techniken ausprobiert werden, denn im Gegensatz zum "Yaku soku geiko" (Üben nach Absprache) werden hier keine Absprachen getroffen (freies üben, Übungskampf).

Die Teilnehmer waren zufrieden und sehr froh, "in den langen Sommerferien die Möglichkeit zu bekommen, Judo zu machen."

Silke freute sich über die zufriedenen und erschöpften Gesichter und verspricht ein Wiedersehen im Herbst, wenn die offizielle Vorbereitungsreihe der Kyu-Vorbereitung startet mit dem Ziel Gürtelprüfung, diese Lehrgänge sind landesoffen, das heißt es gibt keine Teilnehmereinschränkung.

Kiel, den 30.08.2017

C.S.