

Herbstfest und Judotraining für alle beim Raisdorfer TSV

Zum Ferienende wurden alle Judoka und Eltern der Judoabteilung zu einem bunten und lustigen Herbstfest in die Sporthalle eingeladen.

„Judo für alle“ war das Motto der engagierten Trainerin Silke.

Die Judomeisterin hatte ein Programm aus Fitness, Judo, Spielen vorbereitet, wobei der Spaß an erster Stelle stand.

Zwischendurch wurde sich am Kuchenbuffet gestärkt.

Der Austausch und Klönschnack mit den Eltern war auch ein zentraler Programmpunkt.

„Denn zwischen Tür und Matte“ fehle einfach die Zeit und Konzentration, sich einmal auszutauschen und Dinge zu besprechen“, stellt die Projektleiterin fest.

Zum Auftakt des Festes wurden Luftballons aufgeblasen und lustige Spiele, Übungen und Zweikämpfe folgten mit dem „Übungsgerät“.

Blindenjudo verlangte den Teilnehmern viel Konzentration und Koordination ab.

Beim Fitnessparcours konnte sich jeder so richtig auspowern, individuell nach seinen Möglichkeiten bzw. Bedürfnissen.

„Es ist herrlich, dass wir heute mal so richtig viel Zeit haben“, freut sich ein Judoka. Denn zum Abschluss durften sich die Kinder und Erwachsenen ihre Lieblingsspiele und -übungen wünschen.

Ein rundum gelungener schöner Vormittag auf und neben der Tatami!

„Das machen wir mal wieder.“

Foto: S.Rühl

Text: M. Rühl