

Herbst Ferienpass der Stadt Schwentimental wieder mit einem Judo-Angebot des Raisdorfer TSV

Auch beim diesjährigen Herbst Ferien Pass beteiligte sich die Judosparte vom Raisdorfer TSV.

Dienstags und donnerstags veranstaltete die Organisatorin und Leiterin Silke Rühl und ihr Team Judo, Ringen und Raufen für Kinder und Jugendliche von 8-12 Jahren.

Neben der Fallschule wurden Techniken im Stand und Boden geübt und im sog. Randori (Übungskampf) ausprobiert.

Einzel-, Partner sowie Gruppenübungen zum Thema Koordination wurden absolviert.

Die Kondition wurde spielerisch aufgebaut mit Spielen wie z.B. Mattendrängeln, Dschungelcamp, Rugby und Spinnenticker.

Richtig auspowern konnten sich die Teilnehmer beim Fitnessboxen auf Pratzen oder beim Training mit den Slingtrainern.

Selbstverständlich wurden auch die Judowerte von der engagierten Trainerin des Raisdorfer TSV vermittelt. Mut, Respekt, Bescheidenheit, Höflichkeit sind nur einige von ihnen, die anschaulich erläutert und gelebt wurden.

Durch das Ferien Angebot gewinnt die Judosparte immer wieder neue Interessenten und somit Mitglieder für den Verein, die sich auf der Tatami jeden Dienstag und Donnerstag ausprobieren können.

Auf Wiedersehen 2020 in der Sporthalle der Grundschule am Schwentinepark , dann beim Sommer Ferienpass.

C. Schwartz
Foto: Rühl,M.