

12.04.2014

Bezirksrandori der Jahrgänge 1999/2000/2001/2002/2003 in Münchberg

Aufgrund einer Einladung zum Training der Nationalmannschaft konnte Timo Cavelius das Bezirksrandori leider nicht halten. Doch aufgeschoben ist nicht aufgehoben.

25 Judoka aus Münchberg, Hof, Bamberg, Bayreuth und Coburg kamen nach Münchberg. André Klust und Katharina Walesch leiteten das Training.

Gleich zu Anfang erklärte André, „Wer heute nicht schwitzt, der kommt zu mir!“. Und jeder kam ins Schwitzen, bei den Spielen zum Warmmachen und den gestellten Aufgaben im Stand und im Boden. Schwerpunkt war am Vormittag der Ken-Ken-Uchi-Mata. Nach dem Mittagessen erklärte Katharina die neuen Aufgaben. Im Boden wurde sich warm gemacht (Haltegriffe, Umdrehtechniken). Danach folgten Wurfsequenzen, die André und Katharina vormachten. Diese mussten auf Zeit geübt werden. Dehnübungen bildeten den Abschluss.

André und Katharina boten trotz der kurzfristigen Absage von Timo Cavelius ein abwechslungs- und lehrreiches Bezirksrandori. Dafür nochmals meinen Dank. Der Dank gilt auch dem 1. JC Münchberg als Ausrichter und Verpfleger der hungrigen Athleten.

Petra Deyerling
Bezirksjugendleiterin w