

Judo mit Klaus für KiSS 3 und 4



Durch die häufige Nutzung des Judo-Dojos war es langsam aber sicher an der Zeit, den Kindern auch die eigentliche Bestimmung der Mattenhalle zu zeigen. Leider konnten wir dies nicht direkt vor Ort machen, sondern mussten in eine andere Halle ausweichen. Mit Klaus Lohrer kam aber der Mann des Erlanger Judos zu uns in die Sporthalle. Neben der Betreuung der Herrenmannschaft zählen auch die Planung und Durchführung von Kinderkursen zu seinen Aufgabenbereichen in der Judoabteilung. Pünktlich um 14.00 Uhr ging es mit der rituellen Begrüßung der Judokas los.



Bis zu den ersten Judogriffen und der sogenannten Fallschule mussten die Kinder jedoch noch etwas warten. Zu Beginn stand nämlich erstmal ein kleiner Kräftigungszirkel auf dem Programm, der alle Kinder nicht nur warmmachen sollte, sondern auch darauf abzielte, den Kinder den Umgang mit dem eigenen Körper näher zu bringen.



Im Anschluss an den Kräftigungszirkel ging es dann endlich mit den ersten Griffen los. Neben den Griffen wurde auch die richtige Fallschule eingeübt. Zum Glück konnten alle Kinder bereits eine Rolle vorwärts, so dass das richtige „Fallen“ für die meisten kein Problem darstellte.