

# Keine Tritte und Schläge

Hort der Kindertagesstätte Hammerstatt besucht Judoclub

**Der Hort der Kindertagesstätte Hammerstatt besucht zum zweiten Mal den Judoclub. Diesmal lernten die Schüler die Grundprinzipien des Judo kennen.**

**Schwenningen.** „Sei-Ryoku-Zen-Yo“ – Dieses Prinzip beschreibt, wie man Judotechniken ausführen soll. Es kann mit „Bester Einsatz von Geist und Körper“ umschrieben werden und enthält eine deutliche Absage an 'Kraftmeierei'. Die beiden Judotrainer Rainer Lickert und Philip Jäschke führten den Schülern des Hortes einige Würfe und Haltegriffe vor.

Mit spielerischen Übungen wurden

sie an die erste Technik herangeführt und durften selbst mal Hand anlegen. Unterstützt wurde sie von einigen Judoanfänger, die bereits einige Monate im Verein dabei sind. So zeigte Mark, einer der Jüngsten, dass man nicht Jahre warten und Schwarzgurt werden muss, bis man richtig Fallen kann.

„Ji-Ta-Kyo-Ei“. Da horchten die drei Erzieherinnen Sandra Schellhammer, Lena Maier und Claudia Lauble auf. Das moralische Prinzip hebt Judo über eine bloße Zweikampfsportart hinaus und lässt es zum Erziehungssystem werden. In der Übersetzung kann man dieses Prinzip als „Gegenseitige Hilfe und das beiderseitige Wohlergehen“ verstehen. Der Partner ist nicht nur

Übungsobjekt, sondern ein Gegenüber, für das man Verantwortung entwickeln muss. Ohne willig mitarbeitende Partner ist Judo nicht möglich. Damit ist schnell klar, warum man sich vor und nach jeder Übung verbeugt und warum es keine Tritte und Schläge im Judo gibt.

Auch wurden viele Fragen beantwortet: Warum es blaue Judoanzüge gibt und ob man sich beim Fallen mit einer Judorolle auf der Straße nicht mehr weh macht? Während blaue Anzüge Judo im Fernsehen und im Internet attraktiver machen soll (um die Wettkämpfer besser unterscheiden zu können), kommt man beim Fallen nicht immer um blaue Flecken herum.

eb



Der Hort der Kindertagesstätte Hammerstatt besuchte zum zweiten Mal den Judoclub.

Foto: Privat