

Judo beim Krankenkassen-Familientag

Gute Zusammenarbeit mit dem Polizeisportverein

Der Judo-Club Schwenningen und der Bujukai Villingen lockten beim Familientag der Schwenninger Krankenkasse wieder viele Kinder auf die Matte. Das gemeinsame Auftreten der beiden Kampfsportvereine Polizeisportverein Villingen-Schwenningen (Bujukai) und Judo-Club Schwenningen kommt gut an.

Kinder wie Eltern konnten eine große Bandbreite erleben: Vom „Raufen nach Regeln“ der Judoka bis zum „kontrollierten Abschluss“ einer Selbstverteidigung.

Nach der Fallschule und Grundtechniken von Judoanfängern führten die Schwarzgurte Philip Jäschke und Vanessa Fleig Judo-Wettkampftechniken vor. Mancher konnte kaum glauben, wie schnell man da

durch die Luft fliegt und doch gleich wieder aufsteht. Anschließend zeigte der Bujukai Villingen, wie man sich mit ähnlichen Techniken selbst verteidigen und mit einem abschließenden Schlag oder Hebel den Angreifer außer Gefecht setzen kann.

Den größten Teil des Tages war die Matte frei für alle Freiwilligen, selbst mal erste Fall- und Kampfübungen auszuprobieren. Vielleicht schaut nun der eine oder die andere Neugierige ab 6. Oktober im Judo-Anfängerkurs des Judo-Clubs vorbei. Trainiert wird in der Turnhalle der Neckarschule in Schwenningen. Der Bujukai bietet speziell für Frauen und Senioren Selbstverteidigungskurse in Villingen an.