

Judo-Sommerschule 2017:

Eine Woche Intensiv-Training

Ferienzeit ist „Sommerschulzeit“: Auch in diesem Jahr besuchten Judoka des TSV Barsinghausen die Judo-Sommerschule im niedersächsischen Olympia-Stützpunkt in Hannover. Eine Woche lang konnten sie sich zusammen mit weiteren über 50 Judoka von hochrangigen Trainern weiterbilden lassen.



Mit Spaß dabei: Die Barsinghäuser Sommerschul-Teilnehmer Karl-Heinz Hoppe, Alexandra Baur, Norman Kreutzkamp und Udo Möbus (v.l.n.r.).

Der Holländer Ben Spijkers, Olympiadritter 1988, Olympiatrainer 2004 und Olympiakampfrichter 2012, erläuterte Judotechniken von der Vorübung bis zur Wettkampfreife, dabei Grundlagen der Würfe ebenso wie ausgefeilte Einzelheiten des

Hebelns. Die aktuellen Deutschen Meister in der Nage No Kata, Tim Smeikal und Alex Schleicher, präsentierten ihr Spezialgebiet Kata. Falk van der Osten-Fabek, 5. Dan und Coach des Bundesligateams des Braunschweiger JC, zeigte Übungen, wie man wettkampfrelevante Bewegungen in eine Kata gießen kann. Der Sommerschul-Mittwoch stand traditionell im Zeichen der Erholung von harter Judoarbeit: Schwimmen, Sauna, Entspannung, Grillen, Party. Am nächsten Tag wurden die Judoka wieder gefordert, und zwar von Annika Heise, EM-Zweite vom Judo-Team Hannover, die ihre Trainingseinheit verniedlichend "Kampfspielchen" nannte. Europameisterin Giovanna Scoccimaro vom MTV Vorsfelde zeigte meisterliche Fußtechniken, Landestrainer Sven Loll Wettkampfwürfe in unterschiedlichen Richtungen, ohne dabei den Griff zu verändern. Neben diesem vielfältigen Programm mit hochqualifizierten Lehrkräften konnten die Sommerschuleteilnehmer das Judo-Sportabzeichen ablegen - oder sich nachmittags und abends intensiv auf die nächste Gürtelprüfung vorbereiten. Diese Übungseinheiten mündeten dann auch u.a. für Alexandra Baur vom TSV Barsinghausen in einer erfolgreichen Gürtelprüfung zum braunen Gürtel. Die Judo-Sparte gratuliert!



Sommerschule 2017: Die Teilnehmer der Gürtelprüfung und ihre Prüfer (rechts).