

## Ausbildung zum Sportassistenten Judo 2025 Südbaden



An drei aufeinanderfolgenden Wochenenden im Januar, fand beim TuS Teningen die SAJ-Ausbildung 2025 (Südbaden), unter der Leitung von Referent Stefan Gerhardt statt. Junge, motivierte Judoka fanden sich am 12.01., 19.01. und 26.01.2025 in der Lechhalle, zum gemeinsamen Training ein.

Die SAJ-Ausbildung ist der erste Schritt und ein guter Einstieg, für eine zukünftige Trainertätigkeit. In den Bausteinen 1+2, 3+4 sowie 5+6 wurde die „Basis“ gelehrt, wie man ein Kinder-, und Jugendtraining aufbauen und leiten kann und im eigenen Verein die Trainer unterstützen sowie selbst das Training und/oder eine Gruppe leiten kann.

Herbert Schinköth (Judoabteilung des TuS Teningen) begrüße alle Sportler, Referent Stefan Gerhardt, sowie das Orga-Team des TuS Teningen.

Vorab stand zuerst Theorie auf dem Plan, bevor dann das Training startete. Stefan Gerhardt wusste genau, wie man die „Mannschaft“ auf Trapp bringt und den Teamgeist stärkt.

Es wurden die Grundsätze für das Training mit Anfängern besprochen und Hilfestellung, sowie Spiel und Übungsformen vorgestellt. Auch wurden Wettkampfspiele und allgemein "Kleine Spiele" für ein abwechslungsreiches Judotraining vorgestellt, welche allen sehr viel Spaß machten und so mancher das eine oder andere mit in den eigenen Verein nehmen konnte (kleiner Hai/großer Hai) 😊.



Außerdem wurde auf die Form des Aufwärmtrainings im Sport eingegangen. Es ging hier um spielerische Übungsmöglichkeiten, für die in der Judogrundausbildung unerlässliche Schulung der koordinativen Fähigkeiten. Thema war auch, die „neue“ Graduierungsordnung des DJB und deren Umsetzung, sowie Wettkampftechniken/Lehrmethoden zum gelben bis orangenen Gürtel.

Die letzte Aufgabe am Abschlusstag war u.a. auch, das Erarbeiten eines Trainingsplans, wo die Gruppe geteilt wurde und jede ihr erarbeitetes Trainingskonzept präsentierte. Zusammenfassend kann man sagen, dass es drei kurzweilige Trainingssonntage waren, mit jeder Menge Spaß, motivierten Sportlern.

Ein Dankeschön auch wieder an Stefan Gerhardt, der mit viel Spaß, Freude und Herzblut, sein Wissen weitergegeben hat.

Ein weiteres Dankeschön dem Orga-Team des Tus Teningen für die gute Organisation und den reibungslosen Ablauf.

Allen Teilnehmern eine gute Zeit und viel Spaß, das Gelernte im Training mit einzubringen. /01.02.2025/ ps





