Judo

Judo (Der sanfte Weg)

Judo sieht nicht immer sanft aus! Das Prinzip „Siegen durch Nachgeben“ hat asiatischen Ursprung und beruht auf dem Gedanken durch elastisches Verhalten, aufkommende starre Gewalt zu besiegen. Angriffs- und Verteidigungstechniken im Stand und Boden sowie Würfe und Haltegriffe stehen bei der Ausübung im Mittelpunkt.

Man versucht die Kraft und Bewegung des Gegners auszunutzen, um ihn zu Boden zubringen. Das gelingt natürlich nicht immer, denn der Gegner denkt genauso. Aus dieser Situation heraus entwickeln sich sehr schnell Kontertechniken, die insbesondere in Wettkampfsituationen Anwendung finden. Eine geschickt und sauber ausgeführte Technik macht es möglich, dass ein Judoka der leichter oder schwächer ist als sein Partner, diesen ohne große Probleme zu Boden bringt

Beitrittserklärung zur Judoabteilung des TVC Enger. (111,5 KiB)

Einwilligung zur Verwendung von Bildmaterial. (327,5 KiB)

Eure Ansprechpartner beim TVC Enger Judo

Dennis Kaiser

Abteilungsleiter/ Übungsleiter

- **0171 - 3297652**
- E-Mail schreiben

Rolf Biermann

Übungsleiter

Daniel Siekmann

Übungsleiter

Jennifer Wrobbel

Übungsleiterin

Trainingszeiten

Wochentag und Uhrzeit:	Gruppe:	Ort:	Übungsleitung:
Montags von 18.30 – 20.00 Uhr	Senioren	Grundschule Oldinghausen/Pödinghausen	Dennis Kaiser
Freitags von 17.00 – 18.00 Uhr	Jugend und Schüler	Grundschule Oldinghausen/Pödinghausen	Dennis Kaiser
Freitags von 18.00 – 19.00 Uhr	Jugend	Grundschule Oldinghausen/Pödinghausen	Dennis Kaiser
Freitags von 19.00 – 20.00 Uhr	Senioren	Grundschule Oldinghausen/Pödinghausen	Dennis Kaiser