

Bericht Judo

Am heutigen Tag durfte ich den Judo-Workshop besuchen. Judo ist ein Kampfsport, dient aber auch als Selbstverteidigung. An diesem Workshop nahmen viele Schüler und Schülerinnen teil.

Herr Rast hatte alles fest im Griff und die Gruppe hörte aufmerksam und konzentriert zu. Der Lehrer zeigte ihnen viele verschiedene Griffe und die Schüler setzten es gut um. Auch wenn es manchmal seine Zeit brauchte, Herr Rast erklärte es immer wieder gerne und zeigte es mit einem Schüler vor. Als sie dann den Dreh raus hatten, durften sie untereinander kämpfen. Die Motivation und der Spass in der Gruppe waren ziemlich hoch.



Hier sieht man, wie Herr Rast verschiedene Griffe an mehreren Schülern ausprobiert.

Beim Judo sollte man fair sein. Man soll den Gegner respektieren. Durch gutes Einturnen ist das Risiko, sich zu verletzen, gering. Judo besteht nicht aus Gewalt und sinnlosem Herumschlagen, sondern aus Intelligenz und Taktik.

Bilder und Text:
Sandro & Melina



Herr Rast beim Erklären der Übungen.