

Interview mit Herrn Rast:

Seit wann sind Sie in der Judobranche tätig?

Seit 18 Jahren (38. Lebensjahr).

Was finden Sie an der Sportart Judo anspruchsvoll?

1. Strategie
2. Was machen Hände + Beine?
3. Mit Köpfchen arbeiten, nicht nur mit Körper.

Was gefällt Ihnen?

Ich kann diesen Sport bis ins hohe Alter machen. Ich bin dadurch sehr beweglich / gelenkig.

Was gefällt Ihnen nicht?

Ich habe zu wenig Zeit. Ich brauche immer 6 bis 8 Personen, damit ich den Gegner wechseln kann und nicht nur immer mit demselben kämpfen muss.

Auf was muss man beim Judo besonders achten?

Fairness. Man soll fair mit dem Gegner umgehen und Respekt zeigen.

Wie haben die SuS mitgemacht?

Sehr gut, absolut spitze! Sie haben konzentriert und aufmerksam zugehört und konnten es danach super umsetzen.

Gab es Verletzte?

Nein, zum Glück nicht.

Wie hoch sind die Chancen sich zu verletzen?

Sehr gering.

Wie kann man Verletzungen vermeiden?

Gutes Einturnen, sowie auch gut überlegen, was man macht. Alle helfen einander!

Finden Sie, dass dieser Workshop ein wahrer Erfolg war?

Ja, es war grandios! Alle hatten Spass und waren erfreut, etwas Neues kennenzulernen!

