

Weitere SportartenSportaufmacher 1

## Judokurs für die Fünftklässler der Ferdinand-Steinbeis-Realschule

*Der TV Vaihingen macht drei fünfte Klassen der Ferdinand-Steinbeis-Realschule neugierig und fit.*

| 09.12.2025 - 00:00 Uhr



Stolz präsentieren die Schüler der 5b an der Ferdinand-Steinbeis-Realschule nach dem erfolgreichen Judotraining ihre weiß-gelben Gürtel und die Urkunden. Foto: privat

**Judo.** Die Judoabteilung des TV Vaihingen arbeitet mit der Ferdinand-Steinbeis-Realschule zusammen und bietet eine Judo-AG für die fünften Klassen an. Diese Zusammenarbeit hat sich so bewährt, dass sie mittlerweile schon im dritten Jahr stattfindet.

Jeder der beteiligten Klassen der FSR erhält an vier Nachmittagen eine Doppelstunde Judotraining, um einen Einstieg in diese Sportart zu bekommen. Neben dem richtigen Fallen, Wurf- und Haltetechniken wird auch viel Wert auf die Vermittlung der zehn Judowerte gelegt – darunter Respekt, Höflichkeit und Hilfsbereitschaft.

### **Eine Klasse im alten Jahr, zwei weitere im neuen Jahr**

Den Anfang machte im November und Dezember die 5b. Unter der Leitung von Ralf Hofmann, Judotrainer beim TVV, waren alle Kinder mit viel Spaß und Engagement dabei. Sie absolvierten viele Kraft- und Geschicklichkeitsspiele und lernten am Anfang erst einmal das richtige Fallen: Kinn auf die Brust und Körperspannung aufbauen. Danach wurden verschiedene Würfe eingeführt und die Klasse lernte den Unterschied zwischen den Hüftwürfen O-goshi und Uki-goshi, den Fußwurf Ko-soto-gake und am Ende noch den Tsuri-goshi. Im Boden können sie jetzt mit Kesa-gatame und Mune-gatame einen Partner festhalten.

Zum Ende des ganz besonderen Unterrichts bekamen alle den weiß-gelben Gürtel verliehen. Im neuen Jahr kommen dann die Klassen 5a und 5c dran. red

