

# Ein erster Einblick in den Judo-Sport

Ferientage-Angebot der Arminia-Abteilung kommt an

-erh- **OCHTRUP.** Seit vielen Jahren macht die Judoabteilung von Arminia Ochtrup ein Angebot beim Ferientage. „Das kommt immer gut an“, freut sich Michael Dierker, Vorsitzender der Abteilung. „Es geht zunächst mal darum, den Kindern einen Zugang zu diesem Sport zu bieten.“

Judotrainer Bart Rossy und die Judoka Jan de Vries und Markus Kracke hatten für die 20 Kinder interessante (Judo-)Stunden vorbereitet. Zum Auftakt gab es ein Katz- und Mausspiel. Ein Kind musste auf allen Vieren auf der Judo-Matte als Katze versuchen, die übrigen Mitspieler – Mäuse – zu fangen. Jede gefangene Maus wurde zur Katze. Judoka Jan de Vries bewies, wie er sich durch Schnelligkeit dem „Zugriff“ der immer größeren Anzahl an Katzen entzie-



Jan de Vries zeigt, wie schnell ein Judoka auf den Beinen ist – und sein muss. Foto: erh

hen konnte. „Kondition und Schnelligkeit sind wichtige Voraussetzungen“, erläuterte Bart Rossy. Dann folgte eine Übung zum Gleichgewicht halten, ehe gezeigt wurde, wie es gelingt zu fallen, ohne sich weh zu tun.

Aktuell hat die Arminia-Abteilung gut 90 Mitglieder,

berichtet Michael Dierker. Daneben wird noch Taiji angeboten. Beim Selbstverteidigungsangebot für Mädchen im Ferientage war der Andrang so groß, dass überlegt wird, dieses künftig ins Programm aufzunehmen (unsere Zeitung berichtete).

| [www.judo-ochtrup.de](http://www.judo-ochtrup.de)