



BJV
BAYERISCHER JUDO-VERBAND E.V.

Bericht 2025 Ressort Lehrwesen

Am Wochenende vom 12. bis 14. Dezember 2025 veranstaltete der Bezirk Mittelfranken im Bayerischen Judoverband erstmals seit längerer Zeit wieder einen Lehrgang für Trainerassistentinnen und Trainerassistenten. Als Austragungsort stellte der TSV Altenfurt dankenswerterweise sein Dojo zur Verfügung.

Der Lehrgang richtete sich an interessierte Jugendliche ab 13 Jahren und mindestens 4. Kyu, die ihre Trainerinnen und Trainer sowohl auf als auch neben der Matte unterstützen möchten. Ebenso angesprochen waren Erwachsene, beispielsweise Eltern von Kindern, die sich aktiv im Trainingsbetrieb einbringen wollen. Insgesamt nahmen 13 Judoka im Alter von 13 bis 38 Jahren, vom 4. Kyu bis zum 1. Dan, aus acht mittelfränkischen Vereinen teil.

Nach einer Begrüßungsrunde im Rahmen eines gemeinsamen Abendessens erhielten die Teilnehmenden eine Einführung in das Ausbildungskonzept des DOSB, insbesondere des Deutschen Judo-Bunds (DJB). Anhand praktischer Beispiele erarbeiteten sie sich die Rolle des Übungsleiters auf der Matte sowie dessen angemessenes Verhalten. Zum Abschluss des ersten Tages stand eine Gruppenarbeit zum Thema Fehlererkennung und -korrektur auf dem Programm. Dabei wurden die Phasen Kuzushi, Tsukuri und Kake anhand von Eindrehtechniken zur Hauptseite (z. B. Tai Otoshi), zur Gegenseite (z. B. Ippon Seoi Nage) sowie Fußtechniken (z. B. O Soto Otoshi) analysiert. Rund die Hälfte der Teilnehmenden übernachtete im Dojo und nahm am gemeinsamen Frühstück am Samstagmorgen teil.

Die Vormittageinheit am Samstag beschäftigte sich mit dem klassischen Aufbau und Ablauf einer Trainingseinheit, bestehend aus Fallschule, Athletik, Standtechniken zur Haupt- und Gegenseite sowie Fußtechniken. Am Nachmittag folgte zunächst der Bereich Spiele als Bestandteil des Aufwärmens oder Trainingsabschlusses, anschließend Bodenarbeit sowie eine Gruppenarbeit zur Organisation einer Veranstaltung, beispielsweise eines kleinen Turniers.

Am Sonntagmorgen bereiteten die Teilnehmenden nach dem gemeinsamen Frühstück ihren ersten praktischen „Einsatz“ vor. In zwei Gruppen wurden jeweils 90-minütige Trainingseinheiten ausgearbeitet. Am Nachmittag fand in der großen Halle die Jahresabschlussmaßnahme der Bezirksjugendleitung für die Altersklassen U9, U11 und U13 mit rund 90 gemeldeten Judoka statt. In den ersten 90 Minuten leitete die erste Gruppe eine Trainingseinheit mit den Schwerpunkten Aufwärmen, Spiele, Athletik, Fallschule sowie Standtechniken, gefolgt von Randori und einem spielerischen Abschluss. Nach einer kurzen Pause übernahm die zweite Gruppe eine weitere Einheit mit ähnlichem Grundaufbau, jedoch mit Technik- und Randori-Schwerpunkt im Boden.

Alle angehenden Trainerassistentinnen und Trainerassistenten meisterten ihre Aufgaben souverän und setzten die in den vorherigen Einheiten vermittelten Inhalte auch in der großen und teilweise sehr lebhaften Gruppe hervorragend um.

Zum Abschluss erhielten alle Teilnehmenden ihre Zertifikate für die erfolgreiche Teilnahme am Lehrgang.

Referententeam:

Dominik, Johanna, Nicole, Ralph

Eine Neuauflage ist bereits für das Wochenende 26. bis 28. Juni 2026 geplant. Diesmal nicht so spät im Jahr.

Ralph Zahneisen

Lehrbeauftragter BJV Bezirk Mittelfranken