

Generationenübergreifend – Judo für alle

Auftakt der Breitensport-Serie 2026

Der Hessische Judo-Verband lädt alle interessierten Judoka herzlich zum ersten Lehrgang der neuen Breitensport-Serie „**Generationenübergreifend – Judo für alle**“ ein.

Die Lehrgangsreihe richtet sich an Judoka aller Alters- und Leistungsstufen. Im Mittelpunkt stehen Technik, Bewegung, gegenseitiger Austausch und die Freude am gemeinsamen Training. Ob Jugendliche, Erwachsene oder Seniorinnen und Senioren – alle sind herzlich willkommen.

2. Lehrgang

Datum 25. Oktober '26

Thema: „Tachi-Waza Spezial“ nach Art des Hauses

Referent: Kai Schumacher – 6. DAN

DOSB - Trainer A Leistungssport - Judo

DOSB Ausbilderzertifikat

Ort: **Blau-Gelb Darmstadt**

Elisabeth-Selbert-Strasse 27

64289, Darmstadt

(Ortsteil Kranichstein, Straße bis zum Ende durchfahren!)

Zeit: 10:00 – 14:30 Uhr



Im Stand entscheidet oft die richtige Technik über den Erfolg.

Der Lehrgang „**Tachi-Waza Spezial**“ vermittelt praxisnahe Lösungen für ein sicheres, variables und erfolgreiches Judo im Stand.

Im Mittelpunkt stehen technische Grundlagen, wirkungsvolle Wurfprinzipien sowie deren Anwendung in Wettkampf, Dan-Graduierung und Vereinsalltag. Durch einen methodischen Trainingsaufbau werden Bewegungsabläufe verfeinert, Kombinationen entwickelt und individuelle Lösungswege aufgezeigt.

Dank seiner langjährigen Erfahrung als Trainer und Ausbilder vermittelt **Kai Schumacher** die Inhalte praxisnah, verständlich und mit einem geschulten Blick für individuelle Verbesserungsmöglichkeiten.

Der Lehrgang richtet sich an Judoka aller Alters- und Leistungsstufen. Anfänger erhalten eine solide technische Grundlage, erfahrene Judoka können ihre Wurftechniken verfeinern und neue Impulse für ihr eigenes Training mitnehmen.

Freut euch auf einen abwechslungsreichen Lehrgang mit vielen praktischen Tipps, technischem Feinschliff und jeder Menge Spaß auf der Matte.

Generationenübergreifend – Judo für alle.

Miteinander. Füreinander. Als Einheit stärker.