

JUDO -

motivieren und erziehen

09. BIS 10. MAI 2026 IN TANGERMÜNDE

ORGANISATION UND DURCHFÜHRUNG

Anmeldung

online unter:

https://docs.google.com/document/d/e/2PACX-1vSjfCX1G2-dHMeTfXGLli3escfB9FnUtJQhg0bopGq8FURKA7cMOour4z8yIJRmce1p4A_v9PHnHil1/pub

Meldefrist

30.04.2026

Kosten

70,00 Euro (i.d.R. durch die Fortbildungsgebühr im Januar beglichen)

Gesamtleitung

Friedemann Bünger
Aus- und Fortbildungsreferent
Sachsen-Anhalt

Hinweis

Bei der Anmeldung ist zwingend anzugeben, ob die Abendveranstaltung besucht wird.

Ort

Sportzentrum Tangermünde
Lindenstrasse 59
39590 Tangermünde

Liebe Trainerinnen und Trainer,

im Mai 2026 möchten wir Sie herzlich in der Kaiser- und Hansestadt Tangermünde zur diesjährigen **Trainer-Aus- und Fortbildung** begrüßen. Im Hinblick auf das **Handlungsfeld 2** der DJB-Ausbildungsordnung werden Praxis- und Theorieeinheiten zum Thema „**Motivieren und Erziehen**“ eng miteinander verzahnt, um Sie mit aktuellem Know-how im Judo vertraut zu machen. Das Lehrgangskonzept bietet zahlreiche Ansatzpunkte für die **Planung und Durchführung** des Judotrainings in Ihrem Verein.

SAMSTAG, 09. Mai 2026

09:00-10.30 Uhr

Kontinuierlich vom Stand zum Boden

Ref.: Mike Kopp

ODER

Systematik der Ma-sutemi-waza

Ref.: Friedemann Bünger

10:30-12.00 Uhr

Funakubo-Komplex

Ref.: Mike Kopp

ODER

Yoko-sutemi-waza lehren und lernen

Ref.: Friedemann Bünger

Mittagspause 12.00 -12.30 Uhr

12:30-14.00 Uhr

Technikvermittlung durch offene Aufgabenstellungen

Ref.: Friedemann Bünger

ODER

Situatives Werfen und Entscheiden im Wettkampf

Ref.: Holger Henschel

14:00-15.30 Uhr

Arbeiten mit Finten und Täuschungen

Ref.: Holger Henschel

ODER

Funktionsprinzipien und der Nomenklatur der Shime-waza

Ref.: Friedemann Bünger

Kaffeepause 15.30 -16.00 Uhr

16:00-17.30 Uhr

Nachbereitende Techniken (Ketten & Kombinationen)

Ref.: Holger Henschel

ODER

Systematik und Verteidigungsverhalten der Kansetsu-waza

Ref.: Friedemann Bünger

ab 19.00 Uhr

gemütliches Beisammensein mit Katademonstration

FAKULTATIV: BITTE BEI DER ANMELDUNG ANGEBEN, OB AN DER ABENDVERANSTALTUNG TEILGENOMMEN WIRD ODER NICHT. BEI TEILNAHME IST VERBINDLICH DAS ALL-YOU-CAN-EAT BUFFET FÜR 29,90 EURO ZU ZAHLEN



REFERENTEN

SONNTAG, 10. Mai 2026

Mike Kopp:

6. Dan Judo, Landestrainer
Sachsen-Anhalt, Diplomtrainer

09:00-10.30 Uhr

Kleine Kampfsportspiele

Ref.: Jakob Schiek

ODER

**Techniken richtig *sehen*, Fehler erkennen,
Mindestanforderungen für
Graduierungstechniken I**

Ref.: Friedemann Büniger

Holger Henschel:

6. Dan Judo, Trainer-A im
Judoverband Sachsen-Anhalt

10:30-12.00 Uhr

Kämpfe am Boden für

Jung und Alt

Ref.: Friedemann Büniger

ODER

**Techniken richtig *sehen*, Fehler erkennen,
biomechanische Mindestanforderungen
für Graduierungstechniken II**

Ref.: Jakob Schiek

Jakob Schiek

5. Dan Judo, Vize-Präsident und
Trainer-A im Judoverband
Sachsen-Anhalt

Ende des Lehrgangs und Reflexion 12.00 Uhr

Friedemann Büniger:

4. Dan Judo, Lehrwart und
Trainer-A im Judoverband
Sachsen-Anhalt