

## Trainerfortbildung

Samstag, 1. April, war Michael Korn, 8. Dan Ju-Jutsu, in den Norden gereist für eine Trainerfortbildung in Neumünster mit ca. 40 Teilnehmenden. Zuerst startete Michael mit einem theoretischen Einstieg, wie Vereinsidentität geschaffen werden kann sowie Finanzierungsmöglichkeiten. Hier brachte er viele Beispiele aus seinem eigenem Verein Ju-Jutsu Philippsburg mit, um den Teilnehmenden Impulse für die eigenen Vereine mitzugeben. Ziel eines Vereins/Abteilung ist es Mitglieder zu gewinnen und langfristig binden, die Schaffung eines WIR Gefühls sowie Nachwuchs zu gewinnen im Bereich der Trainer, Ehrenamtler, Engagierten und Vorstand. „Überlegt euch, was euch aus macht, was macht euch besonders?“ Bietet neben Trainingseinheiten weitere Angebote an wie Seminare, Fortbildungen, Turniere, Aktionen wie Train & Play oder Merchandise Artikel (T-Shirts, Rashguads, Gis, Schlüsselanhänger etc.). „Macht Events aus Aktionstagen, das bringt Spaß und schafft ein WIR-Gefühl, und neue Freundschaften“. Es kann sich jeder einbringen und ausprobieren, egal welches Alter oder Graduierung, „lasst dies auch zu, nur so können sich Menschen weiterentwickeln und Talente in verschiedenen Bereichen entdecken werden. Zur Finanzierung könnten verschiedene Fördermittel genutzt werden, beispielweise von KSV, LSV, sjsh oder der Deutschen Ehrenamtsstiftung.

Anschließend ging es auf die Matte, um den Teilnehmenden einen spielerischen Einstieg für einen Basis Wettkampf aufzuzeigen. Mit diversen Übungen wurde daraufhin gearbeitet, wobei dies auch Bestandteile des Prüfungsprogramms sind und gleichzeitig dafür genutzt werden kann. Für den zweiten Teil des Basis Wettkampfs probierten die Teilnehmenden Kombinationen mit vorgegeben Angriffen für den technischen Vergleichskampf aus und bewerteten sich gegenseitig. Zudem erläuterte Michael, wie so ein Turnier durchgeführt werden kann, mehr Informationen sind in der Wissensdatenbank des DJJV zu finden. Hier gibt es auch weitere Anregungen oder es können selbst Projekte/Ideen hinzugefügt werden. Mit weiteren kleinen Spielen demonstrierte Michael, wie spielerisch und zielorientiert trainiert werden kann. Beispiele waren u.a. Laufspiele, in denen automatisch Bewegungsformen integriert waren. So können Kinder und Erwachsene Bewegungen spielerisch selbst entdecken und Erfahrungen schaffen. Trainer können so auf die Bewegungskompetenz zurückgreifen und Techniken später einfacher vermitteln. Neben den Budospielen stellte Michael auch ein Konzept zur Vermittlung des Freien Falls in 5 min vor. Michael wollte mit den gezeigten Übungen/Ansätzen seine Sichtweise auf Dinge rüberbringen, was nicht heißt, dass alles immer so machen solle. „Nutzt verschiedene Methoden und Materialien, die Leute sollen Spaß haben, auch (neue) Techniken üben/lernen. Deswegen ist es wichtig sich immer mal wieder neue Ideen zu holen, um auch mal was anderes zu machen“.