

Trainer-Fortbildung: Taiso & Judofitness – Bewegt jung bleiben (LG 12/26)

- Datum:** Freitag, 28.08.26 18.00 Uhr bis Sonntag, 30.08.26 14.00 Uhr.
- Ort:** Jugendherberge Rotenburg, Verdener Str. 104, 27356 Rotenburg.
- Ausrichter:** Niedersächsischer Judo-Verband e.V.
- Kosten:** 100,00 Euro incl Übernachtung und Verpflegung, 75,00 Euro ohne Übernachtung/Frühstück. Für Verbandsfremde betragen die Teilnahmegebühren 120,00 Euro/ 80,00 Euro.
- Teilnehmer:** Alle Trainerinnen und Trainer, die mit diesem Lehrgang ihre Lizenz verlängern können und interessierte Judoka ab 16 Jahren und 3. Kyu
- Referenten:** Meike Ahrenhold, Nils Bentgerodt, N.N.
- Programm:** Judo ist mehr als Wettkampf – es ist ein lebenslanger Begleiter. In dieser Fortbildung steht das gesundheitsorientierte Training im Fokus. Mit Taiso und funktionellen Trainingsformen werden vielseitige Bewegungsangebote vermittelt, die sich für alle Altersgruppen eignen. Darüber hinaus erhalten die Teilnehmenden Einblicke, wie Taiso im Rahmen der Graduierung vom 1. Kyu bis zum 3. Dan eingesetzt werden kann. Ein weiterer Bestandteil der Fortbildung ist das Judo-Sportabzeichen, das vorgestellt und im Rahmen der Veranstaltung auch praktisch abgenommen wird. Abgerundet wird die Fortbildung durch die Auseinandersetzung mit der Taiso-Kata Seiryoku-zen'yo-kokumin-taiiku, die als methodischer Zugang für gesundheitsorientiertes Judotraining vermittelt wird. Ziel ist es, Trainer:innen praxisnahe Werkzeuge an die Hand zu geben, um Judotraining langfristig attraktiv, gesund und abwechslungsreich zu gestalten.
- Bemerkung:** Diese Fortbildung beinhaltet 15 Lerneinheiten sportlicher Bildungsarbeit und ist zur Verlängerung von B- Lizenzen Breitensport sowie C-Lizenzen geeignet.
- Meldungen:** Bis zum 28.07.2026 unter:
<https://www.njv.de/judo-meistern/termine-anmeldung/anmeldung/events/registration/trainer-fortbildung-taiso-judofitness-bewegt-jung-bleiben-lg-1226/>