

GOOD PRACTICE

OUDER/KIND TRAINING BIJ JC BEVEREN

MAART 2022

www.judovlaanderen.be

ALGEMENE INFORMATIE

‘Oudertraining bij Judo Beveren: altijd een succes!

Onlangs vond er bij Judo Beveren opnieuw een ‘oudertraining’ plaats. “Eindelijk! Wat hebben we dit gemist en onze jeugdjudoka’s blijkbaar ook,” stelt Tom De Vadder van Judo Beveren. “Bijna iedereen bracht een volwassene mee om er samen een toffe training van te maken. Nog nooit stond er zoveel volk op onze tatami.”

De judoclub startte in 2018 met dit concept. “Voor sommige clubs is een mama-papa-training niet onbekend,” aldus Tom. “Elk jeugdlid neemt iemand mee naar de training. Mama, papa, oma, opa, peter, meter. Iedereen is dan ook welkom. In 2019 was er ook nog een geslaagde editie. Ik moet jullie niet vertellen waarom de jaren nadien zo’n evenement niet mogelijk was.”

Het toffe aan een oudertraining is dat de jeugd zelf kan laten zien wat ze al kunnen. Elke deelnemer krijgt ook een judogi aangetrokken. Zo is de judo-ervaring compleet en kunnen er tevens toffe technieken aangeleerd worden. Na een snelcursus vallen, werd een rechtstaande techniek uitgevoerd (Osoto-gari). Dit ging zo vlot dat iedereen dit ook eens mocht proberen in de randori. Doorheen de ganse training werd er gewisseld van partner. Niet altijd kind met volwassene, maar soms de volwassenen tegen elkaar.

Ook Ne-waza kon niet ontbreken. Eerst het aanleren van enkele houdgrepen gevolgd door veel randori’s. “Tijdens de training werd enorm gelachen, maar ook goed gezweet,” lacht Tom. “Zonder de voorbereidingen van onze jeugdtrainers was deze oudertraining niet mogelijk. Topteam! We kunnen deze toffe (promo)activiteit ten volste aanbevelen aan alle judoclubs. Wie weet slaan er wel judokriebels over.”

OOK JOUW GOOD PRAC IN DE KIJKER?

MAIL DAN NAAR : SILKE.VERVAET@JUDOVLAANDEREN.BE

