

Fußtechnik mit Luftballon

Wie die Kampfsportabteilungen der SGM mit den Pandemie-Einschränkungen umgehen

Moosburg. (bs) Im Sport sind die Kampfsportarten wie Judo, Karate, Taekwondo, Ringen, Hapkido oder Boxen mit ihren direkten Körperkontakten natürlich besonders von Corona betroffen. Die MZ hat dazu nun stellvertretend bei den Abteilungen Judo und Karate von der SGM nachgefragt, wie sie beim Kampfsport diese schlimme Zeit überbrücken.

Die SGM-Halle ist gesperrt und somit besteht auch dort keine Trainingsmöglichkeit. Auf Nachfrage bei der SGM konnte noch kein Termin genannt werden, wann man die Halle wieder aufsperrn darf. Auch zu finanziellen Auswirkungen und Mitgliederbestand waren derzeit noch keine Auskünfte möglich.

In der Kontaktsportart Judo, so Abteilungsleiter Christian Huber, ist vorerst bis 31. August alles eingestellt. Man hoffe, im September die letzten Kampftage dieser Saison durchführen zu können. Bei den Jugendlichen war die oberbayerische Einzelmeisterschaft noch vor der Coronakrise die letzte Aktion, auch hier liegt alles auf Eis.

Sixpack Challenge für die körperliche Fitness

Jugendleiter Johann Grabichler hat zwischenzeitlich ein Trainingsprogramm für daheim aufgelegt. Jeder Einzelne kann sich hier anhand kleiner Videosequenzen im Internet bei der „Sixpack Challenge“ zumindest körperlich fit halten. Dies gibt es sowohl für die Ligamannschaft wie auch für den Judonach-



Direkter Körperkontakt im Judo ist derzeit unmöglich.

wuchs. Mit Handy und Internet versucht man zudem, den Kontakt zu den Mitgliedern aufrechtzuerhalten, weil sonst, so befürchtet man, nach der Krise viele Sportler die Abteilung verlassen haben.

Wenn es demnächst Lockerungen gibt, so Grabichler, werde man versuchen, mindestens in Kleingruppen ein Fitness-Training im Freien durchzuführen. Er denkt da an Leichtathletiktechniken oder Übungen wie zum Ablegen des Sportabzeichens. Tatsächliche Kämpfe auf der Matte wären zumindest für das Ligateam schön, aber auch Grabichler macht sich hier für dieses Jahr kaum noch Hoffnungen. Sollte die Saison der Herren im September möglich sein, würde es aber nicht die üblichen Kampftage geben, sondern der Rest in einer anderen Art mit zwei bis drei Kampftagen absolviert werden.



Karate wie hier bei Kata wäre denkbar, aber noch sind die Trainingshallen geschlossen.

Fotos: bs

Da bei den Judoka jedes Jahr auch eine Neuwahl in der Jahreshauptversammlung stattfindet, diese aber abgesagt werden musste, wird hier bis auf weiteres die gewählte Abteilungsleitung die Geschäfte kommissarisch führen.

Kata wäre denkbar, aber die Hallen sind geschlossen

Für die Abteilung Karate stand zweite Abteilungsleiterin Mirjam Pape bereitwillig Rede und Antwort. Bis auf weiteres fällt hier auch jedes Training in Moosburg und in Mauern aus. So gab es die letzte Gürtelprüfung am 13. März, die in der damals noch offenen Grundschule durchgezogen werden konnte, „worüber wir sehr froh waren“. Bei Karate wäre Kata, die Vorführung der einzelnen Techniken, auch derzeit durchaus denkbar, während

Kumite, der Zweikampf mit Körperkontakt, natürlich nicht möglich ist. Doch auch für Kata müssten erst die Sportstätten wieder aufgesperrt werden und da hoffe man auf den 4. Mai.

Ansonsten hat Karate den großen Vorteil, dass die Kinder daheim die Grundtechniken anhand von Videos, die per WhatsApp versandt werden, gut alleine lernen können. Da kann dann für Fußtechniken auch einmal ein Luftballon an eine Lampe gehängt werden. Auch die Fitnessübungen für das Karate-Sportabzeichen eignen sich bestens fürs „Homeoffice“. Mirjam Pape sagte, dass das größte Problem der fehlende direkte Kontakt mit den Kindern und Jugendlichen ist. Hier sei man nun auf die Eltern angewiesen, dass diese für die richtige Motivation sorgen. Die Meisterschaft im Juli ist abgesagt.