



Judotrainer Slawomir Konat vom Judo-Kenshi-Verein Homburg-Erbach stellte Schülerinnen und Schülern der Klasse 4.1 der Luitpoldschule die Sportart Judo vor. FOTO: BERNHARD REICHHART

# Eine etwas andere Sportstunde

An der Erbacher Luitpoldschule steht momentan auch Judo auf dem Lehrplan

Nach der Fertigstellung der neuen Turnhalle wird diese nun auch für in der Schule eher ungewöhnliche Sportarten genutzt. Gerade sorgt die Sportart Judo für große Begeisterung im Sportunterricht.

Von SZ-Mitarbeiter  
Bernhard Reichhart

**Erbach.** Eine etwas andere Sportstunde erleben derzeit Schülerinnen und Schüler der Erbacher Luitpoldschule. Unter Anleitung von Slawomir Konat, Vorstand und Trainer beim Verein Judo-Kenshi Homburg-Erbach, lernen sie die Sportart Judo kennen. Zum Auftakt durfte die Klasse 4.1 von Klassenlehrerin Ronja Wagner in der neuen Turnhalle der Grundschule auf die Matte und lernten nach dem Aufwärmen auf spielerische Art und Weise einige Grundprinzipien des Judo, Wurftechnik sowie das richtige Abrollen kennen.

Seit man die neue Turnhalle direkt am Schulgebäude habe, versuche man, sie auch in vielfältiger Weise zu nutzen und Vereine mit unterschiedlichen Sportarten zu bekommen, erklärte Schulleiter Alexander

Ziegler. Nachdem die Schule schon beim Projekt „Schule und Verein“ des Homburger Stadtverbandes für Sport mitgemacht habe, gehe es ihm darum, die Kinder auch künftig an eine Sportart heranzuführen.

Nach Handball und Ringen stehe nun Judo im Mittelpunkt dieses außergewöhnlichen, dreiwöchigen Sportangebotes an der Luitpoldschule, so Ziegler.

„Wenn dann das ein oder andere Kind auch noch in einen Verein eintritt, haben wir unser Ziel erreicht“, fügte der Schulleiter hinzu. „Judo ist nicht nur eine Kampfsportart, es ist eine Lebensphilosophie“, betonte Konat, welcher seit 40 Jahren diese Sportart betreibt, und zehn Jahre als Landestrainer im Saarland fungierte. „Respekt und gegenseitiges Helfen sind die Grundprinzipien des Judo und werden bei uns großgeschrieben“, wies er auf den wichtigen Stellenwert des Judo im täglichen Leben

hin. Drei Wochen lang wird der Anästhesiepfleger am Uniklinikum Homburg, der an der Sporthochschule Köln seinen Trainer-A-Schein erworben hat, den Luitpoldschülern die Sportart Judo vorstellen und ihnen einige Griffe und Techniken beibringen. „Judo ist eine Art japanisches Ringen“, erzählte Konat den aufmerksam lauschenden Schülern.

„Ein Judoka muss werfen können“, demonstrierte er zusammen mit einem Schüler den so genannten Griff. Danach durften die Kinder sich einen Partner schnappen und ihn unter Anleitung von Slawomir mehr oder weniger

gekonnt auf die Matte werfen. Einige Kinder zeigten durchaus Talent, was dem Judotrainer gut gefiel. „In unserem Verein habe ich einige Luitpoldschüler“, betonte Konat, welcher mit seinen Judokas große Erfolge feiern kann. Den Kindern hat diese etwas andere Sportstunde mit dem Abrollen, dem Rückwärts- und Seitwärtswerfen sowie dem Nach-Vorne-Werfen gut gefallen.

„Das war echt cool“, meinte eine Schülerin nach einer Hechtrolle auf die dicke blaue Weichbodenmatte. „Mir hat's großen Spaß gemacht. Am meisten Spaß haben mir die Saltos und Rollen auf der Matte gemacht“, erzählte Emelie, doch sie möchte lieber bei der Leichtathletik bleiben: „Wie meine Mama“, fügte sie hinzu.

*„Judo ist nicht nur eine Sportart, sondern eine Lebensphilosophie.“*

Slawomir Konat

## AUF EINEN BLICK

Der Verein Judo-Kenshi Homburg-Erbach hat derzeit 150 aktive Mitglieder, darunter annähernd 100 Kinder. Vorsitzender ist Slawomir Konat. Interessierte Kinder unter acht Jahre trainieren mittwochs und freitags von 17.30 bis 18.30 Uhr, ältere Kinder dienstags und donnerstags von 17 bis 18.30 Uhr im Sportzentrum Homburg-Erbach, Steinbachstraße. Infos zu den Angeboten des Judo-Vereins Judo-Kenshi Homburg-Erbach unter [www.judo-kenshi.de](http://www.judo-kenshi.de) re