

## 3 x Gold und 2 x Bronze am 14. Goldküsten-Judoturnier in Stäfa

(Thomas Merz, JJC Meilen)

Am traditionell halbjährlich durchgeführten Goldküsten-Judoturnier gab es wiederum Spitzenplätze für Meilemer Judokas. Mit Sina Iff, Laurin Stücheli, Frey Nicolas, Merz-Burke Cian und Ben Loewy standen gleich fünf Meilemer Judokas auf dem Podest. Neben den Turniererfolgen konnten unsere Judokas vom grossen Erfahrungsschatz hochkarätiger Wettkampfpexperten profitieren.

### Von knapp 200 Jahre Judo-Erfahrung profitieren

Das am letzten Sonntag in Stäfa durchgeführte Goldküsten-Judoturnier war in mehrerer Hinsicht einzigartig. Neben dem üblichen Turnierablauf – mit Wettkämpfen in verschiedenen Gewichtsklassen – bot sich für die 52 Teilnehmer verschiedener Judo Clubs der näheren und weiteren Umgebung die aussergewöhnliche Gelegenheit vom überaus reichen Erfahrungsschatz erfahrener Judokas direkt zu profitieren. In drei aufeinanderfolgenden Trainingseinheiten wurden sämtliche Wettkämpfer und Wettkämpferinnen sorgfältig auf die bevorstehenden Zweikämpfe vorbereitet. Dabei ging es zum einen darum, Wurf- und Festhaltetechniken im Wettkampfkontext zu üben und weiter zu verfeinern. Zum anderen stand das Thema Taktik und Wettkampfstrategie im Zentrum der reichhaltigen Ausführungen.

### „Nicht den Sieg selbst sondern den Weg zum Sieg solltest du schätzen“

Dieses Zitat von Prof. Sumitomo Arima, 4. Dan Judo, trifft den Kern einer Judo-Trainingseinheit, und nicht zuletzt auch denjenigen des 14. Goldküstenturniers vom letzten Sonntag ganz besonders. Neben Ruedi Brunner, 5. Dan Judo, vom Budokan Zürich konnte auch Peter Herger, 3. Dan Judo, vom JJC Meilen diesem speziellen Anlass seine wertvollen Wettkampferfahrungen mitgeben.



### **Stetig steigende Mädchenquote unter den Wettkämpfern**

Ein Trend, der sich schweizweit abzeichnet, erfuhr auch am diesjährigen Goldküstenturnier seine Bestätigung. Obschon in der Minderheit, steigt die Anzahl der Mädchen in Wettkampfteilnehmerlisten Jahr für Jahr. Dies nicht ohne Grund: Der moderne Judo-Wettkampfsport (Kodokan Judo) fordert und fördert in besonderem Mass die koordinativen Fähigkeiten und das Körperbewusstsein der Kinder und Jugendlichen. Dabei geht es in erster Linie um das Erlernen einer einwandfreien Technik und um genaueste Körperbeherrschung. Dies spricht in zunehmenden Mass auch immer mehr Mädchen an, so dass deren Anzahl im Steigen begriffen ist.

### **Die Arbeit trägt erste Früchte**

Mit den eingangs erwähnten Spitzenpositionen - 3x Gold und 2x Bronze - am 14. Goldküstenturnier ist der JJC Meilen sicherlich auf Kurs. Dies ist nicht zuletzt ein erstes Erntezarter Früchte, die aus den unterschiedlichsten Bemühungen entstanden sind, sich auch als Judo Club zu etablieren, der die Förderung von Wettkampftalenten gezielt angehen will.

Mehr zum Judosport und zu den Trainingsangeboten des JJC Meilen finden Sie unter [www.jjcmeilen.ch](http://www.jjcmeilen.ch)