

## **Fast zurück zur Normalität**

Nachdem es ja schon vor den Sommerferien wieder mit dem Ju-Jutsu-Training losgehen durfte, konnte den jungen und erwachsenen Ju-Jutsuka auch anschließend bis zu und in den Herbstferien ein Training angeboten werden. Von dieser Gelegenheit machten viele Sportler auch regen Gebrauch, schließlich mussten viele Wochen des Trainingsausfalls aufgeholt werden. Mit viel Eifer und Spaß waren alle mit von der Partie.

Nicht ganz so einfach gestaltete sich dabei Trainersituation. Durch Krankheit, Auslandsaufenthalt oder Studium war die Personaldecke der Übungsleiter extrem dünn, sodass häufig nur noch Patricia Schäffer als Trainerin auf der Matte stehen konnte. Doch die Lage wird sich erfreulicherweise bald wieder entspannen.

Über das zweite Septemberwochenende fand das Hessenseminar des hessischen Ju-Jutsu Verbandes (HJJV) auch in diesem Jahr unter der 3G-Regel und einem umfassenden Hygienekonzept an der Sportschule in Frankfurt statt. Auf drei Matten aufgeteilt, gaben die eingeladenen Referenten und Referentinnen den 90 Teilnehmern Einblicke in die unterschiedlichsten Bereiche des Ju-Jutsu (bspw. Trainingskonzepte zur realitätsnahen Selbstverteidigung in Theorie und Praxis) und darüber hinaus. Samstags abends konnte man beim Grillen gemeinsam den Tag ausklingen lassen.

Unsere Trainerin Patricia Schäffer konnte viele spannende Technik-Flows und neue Trainingsblickwinkel von diesem Ju-Jutsu-Wochenende mitnehmen und hat diese in unserem Training zum Selbstaushüben gezeigt und erklärt.

Wir hoffen, dass wir auch weiterhin trainieren und an Lehrgängen teilnehmen können, sodass allmählich wieder eine „Ju-Jutsu-Normalität“ eintritt. Und wir freuen uns auf die Weihnachtsfeiern für die Kinder und Erwachsenen als Jahresabschluss.

Mit sportlichen Grüßen

Annette Milkereit