Mattenfüchse beim Olympiasieger

4 Judoka der Judo-Mattenfüchse Estenfeld nahmen beim Jubiläumstraining der Judoabteilung der SG Margetshöchheim teil. Anlass war deren 30jähriges Bestehen. Ole Bischof, der Olympiasieger von Peking 2008 begann mit einer Aufwärmrunde und einigen teils recht lustigen Übungen um anschließend einige Techniken zu zeigen und zu schulen. Speziell ein Übergang vom Stand zum Boden der mit einer Hebeltechnik (Juji-gatame) endete und eine Wurftechnik (yoko-sumi-gaeshi) wurde den Teilnehmern vermittelt und fleißig geübt. Am Ende der Trainingseinheit gab es auch eine Fragerunde über seine Karriere, Verletzungen, beruflichen Werdegang und Autogramme.

    