

"Sondertraining" für jugendliche Grüngurte!

Tuesday, 26. July 2016

Am 23.07.16 ab 17:00 Uhr lud Stefan Bauer seine Grüngurte aus dem Jugendbereich zum "Sondertraining" zu sich nach Weiherhammer ein. Der Gi konnte zuhause gelassen werden und das Dojo war der Garten. Trainiert wurde beim "American Barbecue" das Festhalten von Cheeseburgern und das Knochenbrechen bei Sparerips. Erfolgreich wurden in den Komplexaufgaben auch Muffins, Brownies und American Cheesecake vernichtet.

Am

Neben der Besprechung für die zukünftige Trainingsausrichtung wurde auch die aktuelle Prüfung anhand von Bildern ausgewertet. Spezielle Techniken außerhalb des Prüfungsprogramms, wie zum Beispiel der Augenaufschlag, wurden unter Schmunzeln analysiert. Ebenfalls wurde festgestellt, dass einzelne Prüfungsteilnehmer ihre Prüfungsprogramme auch im Schlaf mit geschlossenen Augen beherrschen.

Am

Bei den anregenden Gesprächen wurde über die Trainingsmöglichkeit zur Steigerung Ausdauerfähigkeit durch Pokemon Go gesprochen, das Training der Beinmotorik mit einem Fußball, sowie die Griffstabilität beim Halten von Bierflaschen geübt. Aber auch bayrisches Kulturgut durfte nicht zu kurz kommen und wurde in Form von Schafkopf vermittelt. Da Petrus uns auch noch schönes Wetter schenkte, war es rundherum ein vergnüglicher Abend, welcher in den Morgenstunden des nächsten Tages endete.