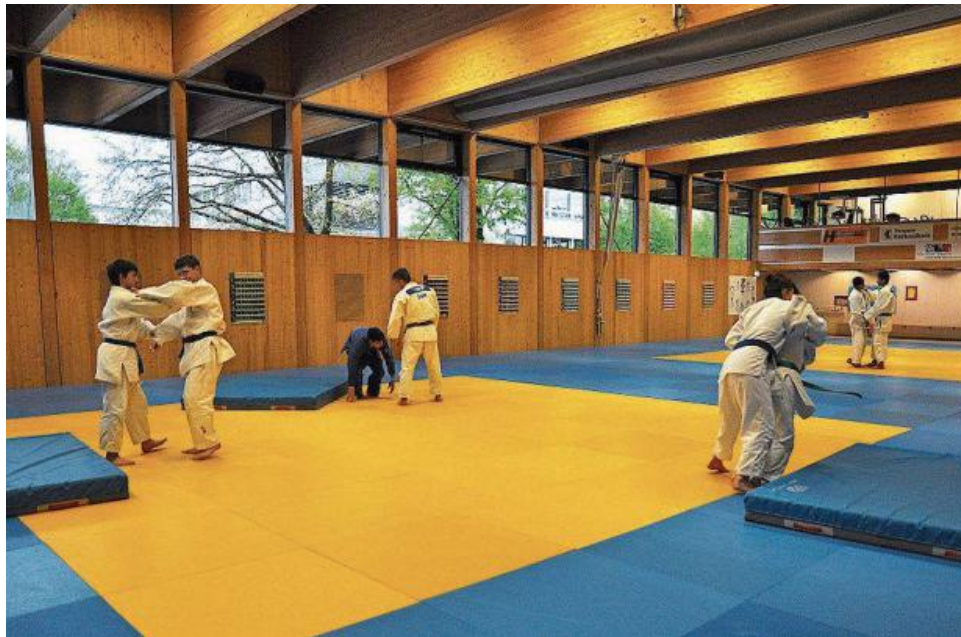




Wie viel Olma steckt in dir?



Vom Dojo zur Weltspitze



Die besten Judokas aus dem Thurgau während eines Trainings im Leistungszentrum Weinfelden im Paul-Reinhart-Schulhaus. (Iliana Perera)

WEINFELDEN · Die Athleten des Judoclubs konnten schon zahlreiche Erfolge verbuchen. In Leistungszentren trainieren sie hart.

29. April 2017, 10:00

Iliana Perera

ANZEIGE:

Sie sind auf der Matte gross geworden. Die Leistungssportler des Judoclubs Weinfelden betreiben den japanischen Kampfsport bereits seit ihrem sechsten oder siebten Lebensjahr. Die besten Judokas des Thurgaus trainieren bis zu sieben Mal in der Woche im Dojo (Trainingsraum). Aktuell sind es elf Kämpfer – sie alle vertreten den Weinfelder Judoclub. Die 13- bis 21-Jährigen werden in Leistungszentren optimal gefördert. «Das Projekt haben wir vor fünf Jahren gestartet», sagt Hans Nessensohn, Vizepräsident des Judoverbandes St.Gallen/Thurgau/Appenzell Ausserrhoden. Je nach Alter und Stärke der Athleten trainieren sie im Leistungszentrum Weinfelden, den Regionalen Leistungszentren in St. Gallen und Zürich oder auch im Nationalen Leistungszentrum in Brugg, wo die Nationalmannschaft kämpft.

ANZEIGE:

Wichtige Zusammenarbeit mit Organisationen

Jeder Athlet hat seinen speziell zugeschnittenen Trainingsplan und ein persönliches Ziel. «Viele möchten an eine Europa- oder Weltmeisterschaft oder einmal an einer Olympiade teilnehmen können», sagt Nessensohn. Nur dank der guten Zusammenarbeit mit diversen Verbänden und Organisationen funktioniert die Förderung der Spitzensportler so gut. «Vier unserer Athleten machen das Sport-KV, einige eine verlängerte Berufslehre, und die jüngeren Judokas gehen in Kreuzlingen in die Nationale Elitesportschule Thurgau», sagt der Vizepräsident.

Der Erfolg im Judo hängt, wie in vielen anderen Sportarten auch, von verschiedenen Faktoren ab. Die richtige Ernährung spielt dabei eine wichtige Rolle. «Wir bieten zwei bis drei obligatorische Ernährungskurse für die

Athleten und ihre Eltern an», sagt Roger Dürig, Kassier des Judoverbands. Es sei wichtig, dass das Gelernte zuhause auch umgesetzt werde und die Eltern entsprechend kochten.

Morgen Sonntag findet in der Sporthalle Paul Reinhart die Kantonale Judomeisterschaft statt. Von 9 bis 16 Uhr messen sich Judokas aus den Kantonen Thurgau, St. Gallen und Appenzell Ausserrhoden und sammeln Punkte für das Gesamtranking.

LESERKOMMENTARE

ANZEIGE:

NEUSTE ARTIKEL



LUFTVERKEHR

01.05.2017

**Fluggäste nach Turbulenzen
im Spital**



VERKEHRSUNFALL

01.05.2017

**Vier Verletzte bei Kollision
mit Postauto**



SUPER LEAGUE

vor 54 Minuten

**Alle Super-League-Klubs
erhalten Lizenz**



LEBENSMITTEL

01.05.2017

Noch wenig Lust auf Mehlwürmer und Grillen



USA

01.05.2017

Kompromiss im US-Kongress zum Haushalt

WÄNGI

01.05.2017

Alkoholisiert in Mittelleitplanke gefahren

Ein Autofahrer hat in der Nacht zum Montag in Wängi einen Unfall auf der Autobahn A1 verursacht. Weil der 21-jährige betrunken hinter dem Steuer sass, wurde sein Fahrausweis eingezogen.

NACHRICHTEN

Schweiz International Wirtschaft Panorama Kultur Unfälle & Verbrechen Bilder Videos

OSTSCHWEIZ

St.Gallen Thurgau Appenzellerland

SPORT

Fussball FC St. Gallen Eishockey Hockey Thurgau Tennis Handball Ski alpin Weitere Resultate & Tabellen Liveticker

MAGAZIN

Wanderparadiese Sterne Gutes Bauen Ostschweiz Spiele

AGENDA & KINO

Agenda Kino

MARKTPLÄTZE

Marktplätze Abopius Immo Jobs Trauer

