

Judo für alle
in Berlin-Hohenschönhausen

Die
Abteilung Judo
der

SSG Humboldt zu Berlin e.V.
stellt sich vor



28 JAHRE
HIER IM KIEZ
1990-2018

Unser Verein

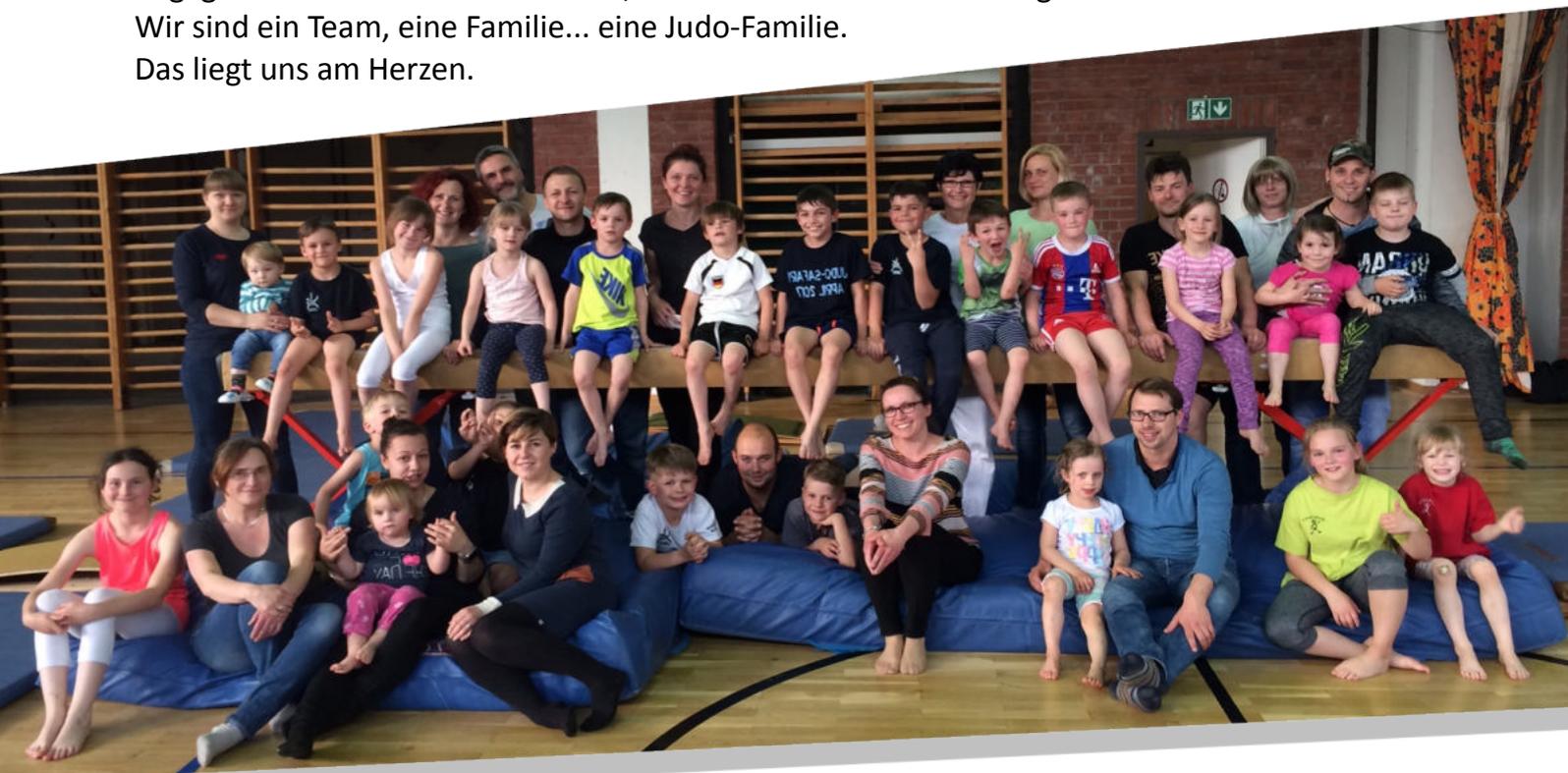
Vor 28 Jahren gründete sich die Abteilung Judo der Sport- und Spielgemeinschaft Humboldt als spirituelle Nachfolgerin des ehemaligen Judo-Hochschulsportes der Humboldt-Universität in Berlin Hohenschönhausen. Seitdem hat sich viel getan und wir sind durch viele gute und einige weniger gute Zeiten gegangen, die Grundidee ist jedoch immer noch die selbe: *Judo für alle!*

Bei uns finden Breiten- und Wettkampfsportler, Jung und Alt aus allen gesellschaftlichen Schichten ihre sportliche Heimat in einem bunten und lebendigen Verein. Die Abteilung Judo hat momentan etwa 110 Mitglieder im Alter von 3 bis 55 Jahren, die größte Gruppe bilden Kinder im Alter von 3-12 Jahren.

Die Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen kommen alle aus dem sozial sehr durchwachsenen Bezirk Neu-Hohenschönhausen. In diesem Kiez ist unser Verein intensiv im sportlichen, sozialen und integrativem Bereich tätig. Unsere Mitglieder sind dabei so unterschiedlich wie die Nachbarschaft des Vereins selbst. Sportler verschiedenster Herkunft trainieren miteinander. Kleinkinder, Schulkinder, Studenten, Arbeiter, Lehrer, Männer und Frauen, ganze Familien – sie alle üben und trainieren zusammen und helfen sich gegenseitig. Jeder bringt seinen Teil in das Training und das Vereinsleben mit ein.

Unser Hauptaugenmerk zielt auf sportliche Aktivitäten und soziale Integration. Es geht immer um das Team, den Zusammenhalt, gesellschaftliche Werte. Wir vermitteln vorrangig durch unseren Sport Werte wie Ehrlichkeit, Bescheidenheit, Wertschätzung, Freundschaft, Mut, Höflichkeit, Respekt, Ernsthaftigkeit, Selbstbeherrschung und Hilfsbereitschaft, die 10 Judo-Werte des Deutschen Judo-Bundes.

Hier gibt es keine gesellschaftlichen Unterschiede, hier kommt es auf das persönliche Engagement für die Gesellschaft an, für den Verein und seine Mitglieder. Wir sind ein Team, eine Familie... eine Judo-Familie. Das liegt uns am Herzen.





Unser Training

Um den verschiedenen Altersgruppen und sportlichen Leistungsständen unserer Mitglieder gerecht zu werden, trainiert unser Verein insgesamt an vier Tagen in der Woche zu sechs verschiedenen Trainingszeiten.

Der allgemeine Kindersport für die Kleinsten im Alter von 3 bis 7 Jahren. Sportliche Früherziehung mit einem hohen Spiel- und Spaßfaktor steht hier im Vordergrund, die Kinder können ihre Kräfte aber auch bereits in ersten Kampf- und Raufspielen messen.

- **Das Kinder-Judotraining (Anfänger)** für Grundschulkinder. Hier werden die Grundlagen des Judo vermittelt. Vor allem geht es hier um die spaßbetonte Förderung der motorischen und technischen Entwicklung der Kinder im Wachstum, der charakterlichen Festigung durch den Kampfsport und das Sammeln erster Wettkampferfahrungen.
- **Das Kinder-Judotraining (Fortgeschrittene)** für ältere Grundschulkinder. Hier können die Kinder ihre technischen Fähigkeiten wettkampforientiert weiterentwickeln.
- **Das Jugend- und Erwachsenentraining** ca. ab Klasse 7 (je nach Fähig- und Fertigkeiten). In dieser altersheterogenen Judogruppe finden Einsteiger schnell Anschluss, ebenso kann eine technische Weiterentwicklung bis hin zum Meistergrad erfolgen. Die aktive Wettkampfteilnahme in allen Altersbereichen wird unterstützt.
- **Das Athletik- und Krafttraining** ab dem 14. Lebensjahr, ein gesondertes Training zum Muskelaufbau und zur Steigerung der individuellen Fitness. Hier trainieren aktive Judoka und Eltern von Judo-Kindern, teilweise also gleich zwei Generationen einer Familie zusammen.



Außerhalb der Sporthalle

Die Arbeit unseres Vereins endet natürlich nicht an der Sporthallentür. Neben der obligatorischen Teilnahme an Wettkämpfen veranstalten wir für unsere Mitglieder Sportwochenenden und Sportfahrten, die immer wieder ein schönes Erlebnis für alle Beteiligten sind. Lange Tradition haben auch die über das Jahr verteilten gemütlichen Grillabende, das Vereinskino für Jung und Alt sowie das vorweihnachtliche Schlittschuhlaufen.

Die Eltern unserer jungen Sportler sind dabei natürlich ein wesentlicher Bestandteil unsere Vereinsarbeit. Ohne ihre Unterstützung wäre eine ordentliche Vereinsarbeit nicht möglich. Sie stärken den Verein, sie helfen, wenn Hilfe gebraucht wird, sie unterstützen Sportler und Trainer und begleiten die Turniere und Sportfahrten.

Für unsere Jugendarbeit ist uns der direkte Draht zu den anderen wichtigen Akteuren im Leben der Kinder sehr wichtig: Wir arbeiten eng mit der benachbarten Kita zusammen und haben mittlerweile zwei offizielle Kooperationen mit Grundschulen in Neu-Hohenschönhausen: der Matibi- und der Randow-Grundschule. Für die Schulen bieten wir beispielsweise kostenlose Veranstaltungen zum Thema „Kämpfen und Raufen“ im Ferienhort an, in denen die Kinder mit dem Judo-Kampfsport in Kontakt kommen können.

Unser Verein ist eine feste Größe im Kiez und ein wichtiger sozialer Anker für viele unserer Mitglieder. Mit viel Freude, sportlichem Ehrgeiz und ehrenamtlichen Engagement halten wir uns an die Philosophie des Judo-Gründers Jigoro Kano:

Judo ist nicht etwas, das man exklusiv in einer Sporthalle betreibt, es ist eine Einstellung für das gesamte Leben.



Unsere Trainingsstätten

Nachdem am Anfang des Jahres 2015 in unserer Haupttrainingsstätte in der Klützer Str. eine Flüchtlingsnotunterkunft eingerichtet wurde und wir in provisorischen Ausweichstandorten trainieren mussten, sind wir seit Beginn des Jahres 2016 wieder in unserer ursprünglichen Sporthalle zu Hause. Dazu findet einmal pro Woche ein Training in den Sporthallen der Matibi-Grundschule und der Randow-Grundschule statt.



- **Sporthalle**
Klützer Str. 36, 13059 Berlin
- **Sporthalle der Matibi-Grundschule,**
Prendener Str. 19, 13059 Berlin
- **Sporthalle der Randow-Grundschule,**
Randowstraße 45, 13057 Berlin

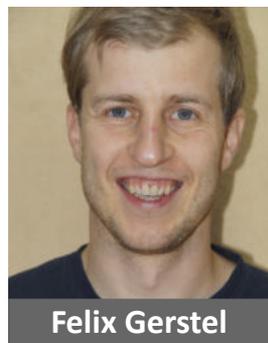


Das Team



Katrin Schneider

Vorsitzende und Trainerin
Judo und Kindersport



Felix Gerstel

Stellv. Vorsitzender und Trainer
Kinderjudo



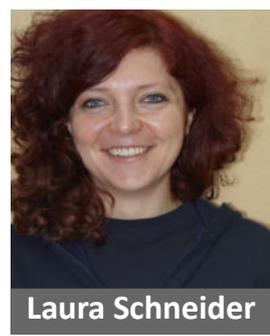
Jan Große

Webmaster und Trainer
Jugend-/Erwachsenenjudo



Silvana Wohlrab

Trainerin Kinderjudo



Laura Schneider

Kassenwartin und Trainerin Allg.
Kindersport



Germana Schulte

Trainerin Allg. Kindersport



Hans Zeitler

Trainer Allg. Kindersport



Tim Krupka

Trainer Kinderjudo

Kontakt

Katrin Schneider (Vorsitzende)

Tel.: 0176 / 41 17 71 21

Email: ssghjudo@gmx.de

**Für weitere Informationen und aktuelle Meldungen besuchen
Sie uns auch im Internet auf unserer Website**

www.ssghjudo.de