KJVBB Trainingslager Avenches 2025

Das diesjähriges KJVbB Judolager fand in der ländlichen Region Avenches, eingebettet zwischen Hügeln und Felder unweit des Murtensees statt. Wir hatten vier grossartige Tage, die von intensivem Training, wertvollen Begegnungen, lehrreichen Technikeinheiten sowie von jeder Menge Teamspirit geprägt waren.

Mit dabei waren nicht nur zahlreiche motivierte Athletinnen und Athleten aus der ganzen Region Basel, sondern auch Gäste aus dem Jura, dem Aargau, Avenches sowie auch aus Deutschland.

Diese bunt gemischte Gruppe sorgte für viel Energie auf der Matte und es entstand eine bereichernde Atmosphäre.

Jeden Tag starteten wir mit Frühsport an der frischen Luft oder einem knackigen Kraft-Circuit, bevor es dann nach dem Frühstück weiter auf der Tatami ging. Die Judotrainings waren intensiv, fordernd und auf hohem technischem Niveau. Mit bis zu 4 Trainingseinheiten am Tag, wurde von den Athlet:innen einiges abverlangt. Doch dank einer guten Mischung zwischen viel Techniktraining, Stand/Boden sowie Randoris haben alle die hohe Intensität gut gemeistert.

Ein besonderes Highlight waren unsere beiden Special Guests, die das Lager mit ihrem Fachwissen und ihrer Persönlichkeit bereicherten. Tatsuto Shima, ein international anerkannter Trainer besuchte uns mit seinen eigenen Athlet:innen. Unter ihnen auch Binta Ndiaye, die diesen Sommer an den Olympischen Spielen in Paris 2024 teilgenommen hat und bereits ein langjähriges Mitglied des schweizerischen Grandslam Team ist. Ihre Präsenz auf der Matte war inspirierend und es konnten alle Athleten enorm von den Trainings profitieren. Auch Marc Favre, ehemaliger U18 Nationaltrainer der Schweiz, war mit dabei und leitete nicht nur die frühen Morgeneinheiten, sondern gab auch eine wertvolle Technikeinheit, von der alle viel mitnehmen konnten. Ihr Besuch war für uns ein echtes Geschenk!

Neben all dem Schweiss und der Anstrengung auf der Matte, kam auch das Miteinander nicht zu kurz. Ein gemeinsamer Abend am wunderschönen Murtensee mit Baden, Lachen und gemütlichem Zusammensitzen, stärkte das Gruppengefühl und rundete die Trainingstage perfekt ab. Es war schön zu sehen, wie Athlet:innen aus verschiedenen Regionen und Altersgruppen miteinander in Kontakt traten, voneinander lernten und gemeinsam über sich hinauswuchsen.

Dieses Lager war ein tolles Erlebnis, das zusammenschweisst, motiviert und hoffentlich nachhaltig in Erinnerung bleiben wird. Ich danke allen Beteiligten, insbesondere den Teilnehmenden, Trainer:innen, und Gästen, die dieses Judolager möglich gemacht haben. Ich hoffe sehr, dass wir ein solches Trainingslager bald wiederholen können!