

**Lockeres Training macht einen Heidenspaß**

Im Eltern-Kind-Judo vom Polizei-Sportverein München können sich Nachwuchs und Erwachsene gemeinsam austoben



**Mit voller Konzentration bei der Saché:** Der sechsjährige Ivanduel (l.) neut sich neues Wairiesig auf die ersten Judoübungen mit seinem Vater Zsolt Herendi. FOTOS: LAKOVIC

---

Eltern-Kind-Gruppen sind etwa beim Turnen seit Jahrzehnten Standard – aber im Judo ist ein solches Angebot doch eher ungewöhnlich. Der Polizei-Sportverein München startete Anfang des Jahres eine solche Initiative und hatte sofort Riesenerfolg. „In einer Großstadt wie München sind die Wohnungen oft klein. Ferner gibt es draußen viel weniger Platz als in den Umlandgemeinden, um mit den Kindern herumzutollen oder aus Spaß zu raufen,“ erklärt Trainer Christian Riedl, wie seine Idee geboren wurde, „das war für mich die Ausgangsüberlegung, um den Familien mit dem Eltern-Kind-Judo eine Möglichkeit zu geben, kontrolliert Bewegen ken-

fener“ dazu gekommen, die japanische Kampfsportart auch anderen beizubringen. Denn nachdem er den Sport mit 18 Jahren begonnen hatte, machte er seinen Trainer-schein erst mit 40 Jahren und hob den Kurs jetzt aus der Taufe. Als Riedl das Konzept für das in München neuartige Training fertiggestellt hatte, kamen allein mit Mund-zu-Mund-Propaganda im eigenen Polizei-Sportverein sowie in ein paar Kindergärten gleich zwölf Erwachsene und 17 Kinder zum ersten von neun Terminen. „Das schlug ein wie eine Bombe: Ich bekam Anrufe, ob noch Plätze



Christian Riedl

folgreichste beim World Cup (Kickboxen und Thaiboxen) in Varazdin (Kroatien). Mit einer Goldmedaille kehrten Flamur Necaj, Dilar Hessen, Luca Catano, Anteneh Getahun, Guido Schiller, Kristijan Andric, Fahim Quraeschi und Shendrit Hotnjanheim. Silber gewannen Georgia Guillaume, Ilijaschäfer und Georgii Lazarev. Einen dritten Platz belegten Robin Reimer und Georgii Lazarov.

**BOXEN** Erfolg im World Cup

Erfolg im World Cup

Das Team vom Pavlica und Mladen Steko war das erfolgreichste beim World Cup (Kickboxen und Thai-boxen) in Varazdin (Kroatien). Mit einer Goldmedaille kehrten Flamur Necaj, Diar Hessen, Luca Catalano, Anteneh Getahun, Guido Schiller, Kristijan Andric, Fahim Quraeschi und Shendrit Hotnjan im heim. Silber gewannen Georgia Guillaume, Ilja Schäfer und Georgii Lazarov. Einen dritten Platz belegten Robin Reimer und Georgii Lazarov. mm

**EISCHNELLLAUF**  
**Spenden für Kinder**

Den 5. Eispendenlauf organisiert der ERSC Ottobrunn und Lions München Multinational an diesem Sonntag ab 13 Uhr im Eis- und Funsportzentrum Neuperlach. Die Teilnehmer treten als Team an, etwa als Vereinsmannschaft, Schullasse, Freizeitgruppe, Firmenteam oder Familie. Es werden über 600 Starter erwartet. Jeder läuft auf der 400-Meter Bahn in 30 Minuten so viele Runden wie möglich. Läufer des Vereins schaffen über 40 Runden. Die Teilnehmer haben im Vorfeld Spender geworben, die ihnen pro Runde eine Prämie zahlen. Das erlaufene Geld geht zu 50 Prozent in Förderprojekte für unbegleitete, minderjährige Flüchtlinge. Mit dem Rest wird das Läuferteam des ERSC unterstützt.

EISSCHNELLLAUF  
Spenden für Kin

Den 5. Eisspendenlauf organisiert der ERSC Ottobrunn und Lions München Multinational an diesem Sonntag ab 13 Uhr im Eis- und Funsportzentrum Neuperlach. Die Teilnehmer treten als Team an, etwa als Vereinsmannschaft, Schulklasse, Freizeitgruppe, Firmenteam oder Familie. Es werden über 600 Starter erwartet. Jeder läuft auf der 400-Meter Bahn in 30 Minuten so viele Runden wie möglich. Läufer des Vereins schaffen über 40 Runden. Die Teilnehmer haben im Vorfeld Spender geworben, die ihnen pro Runde eine Prämie zahlen. Das erlaufene Geld geht zu 50 Prozent in Förderprojekte für unbegleitete, minderjährige Flüchtlinge. Mit dem Rest wird das Läuferteam des ERSC unterstützt.

100

**BOXEN** Erfolg im World Cup