



## Einsendungen Judowerte-Challenge

Mittelmäßig starke Europameister werfen heute beim Finale reihenweise einhändige Hüftwürfe.  
(Fam. Manthey)

Hey Meute, einst wie heute bringt euch Sport riesen Freude  
(Runa Harbrecht – Betty Freenet)

Ein höflicher Mensch hilft seinen Freunden besonders wenn es regnet  
(Hannah Unglaube)

Heute **m**acht **B**ernd für **E**rwin **h**offentlich **e**inen **r**ießigen **s**üßen **W**ackelpudding!  
(Christine Wendler)

**H**EUTE **S**EHEN **W**IR **E**INEN **B**EWÖLKTEN **H**IMMEL, **M**ORGEN **E**INEN **F**ULMINANTEN **R**EGENBOGEN.  
(Steffi Goldmann)

Ruhig Blut, hab' Mut, wir hier sind ernsthaft echte Freunde!  
(Fam. Rees)

Meine Freunde Rennen Bestimmt Wieder So Einem Esel Hinter Her.  
(Clara Kuke)

Ein Freund hat Spaß beim Randori, weil er Harai-goshi macht.  
(Rebecca Hauf)

**E**tliche **S**achen **e**rlernt **m**an **h**öchstwahrscheinlich: **W**urftechniken, **F**allschulen, **H**üftschleuderwürfe,  
**B**odenrandori, **R**ei.  
(Brandon und Celine Roos)

**W**er sich **f**rüh **m**it **h**ohem **E**ifer **r**egt **h**at **b**ald **E**rfolg!  
(S.Schulz, BW Vetschau 90 e.V.)

Für mich wird es Siege regnen bis Hamburgs Elbe hüpf  
(Hugo Zimmermann)



1. Fünf süße Hamster rasen munter weiter, eilen emsig Berge hinunter.
2. Heute reden fünf bissige Mäuse hunderte echt extrem seltsame Wörter.
3. Elefanten machen heute Sport, werfen Bälle, rennen eilig, fahren hastig.  
(Harm (12) und Thies (9) Rehberg vom VSV Hohenbostel)

Außerdem hatten Harm und Thies die Idee, dass man die Judowerte auch gut mit Reimen üben kann:

Beim Judo sind Werte sehr wichtig,  
nur mit Ihnen erlernst Du Judo richtig.  
Du solltest die Werte also kennen,  
drum wollen wir sie dir nochmal nennen:

Trainiere stets fleißig und ernsthaft aber auch heiter,  
dann kommst Du im Training auch sehr schnell weiter.

Sei keine linke Ratte,  
sondern immer ehrlich auf der Matte.

Denn sind alle immer ehrlich,  
ist der Judosport wirklich herrlich.

Bist Du dann auch immer noch fair, hast Du vom Judo noch viel mehr.

Bietest du häufig Hilfe an,  
findest du sicherlich auch Freunde dann.

Sei immer höflich und respektvoll,  
dann ist Judo so richtig toll.

Mach nach ´ner Niederlage nicht gleich die Biege,  
sondern feiere auch die anderen Siege.

Denn zählt nicht nur „ich“ sondern „wir“,  
dann freuen sich die anderen auch mit dir.

Dann sind sie bei deinen Erfolgen auch da  
Und rufen dir ein lautes „Hurra“!

Deshalb sei lieber bescheiden,  
anstatt Deine Partner zu beneiden.

Musst Du auch mal auf der Matte liegen,  
wirst Du ein anderes Mal sicher siegen.



Drum verliere nie den Mut,  
denn Mut tut dir gut.

Und hast Du immer Mut  
und fliegt dir nicht gleich der Hut,  
denn du beherrschst dich  
und ärgerst dich nicht,  
dann wird das Judo zu deinem Sport  
und das Dojo dein neuer Lieblingsort!

(Harm (12) und Thies (9) Rehberg vom VSV Hohenbostel)