



2020.04 JUDO WÖRTHERSEE  
APRIL NEWS



**GORITSCHNIGGS**  
GENUSS SEIT 1893  
**FLEISCHEREI**



**ASVO**  
Kärnten

Raiffeisenbank  
Region Wörthersee 

Gestalten wir Zukunft.  
Gemeinsam.

**OGRIS JOHANN**  
[www.landmaschinen-ogris.at](http://www.landmaschinen-ogris.at)

 SERVICE		
		



Pizzeria  
Cafe  
Restaurant  
**Marietta**

# Judowerte

Liebe Judoka!

In dieser Ausgabe unserer monatlichen News möchten wir auf die Werte aufmerksam machen die im Judo von besonderer Bedeutung sind und durch unseren Sport vermittelt werden:

- **Mut**
  - Nimm dein Herz in die Hand - im Randori, im Wettkampf und im Leben selbst. Gib dich niemals auf, auch nicht bei einer drohenden Niederlage oder einem scheinbar übermächtigen Gegner.
- **Ehrlichkeit und Respekt**
  - Sei immer ehrlich und kämpfe fair, ohne unsportliche Handlungen und Hintergedanken. Begegne jedem mit Respekt. Behandle deine Lehrer und Judo-Freunde immer zuvorkommend und erkenne die Leistungen anderer an.
- **Bescheidenheit**
  - Spiele dich nicht selbst in den Vordergrund. Sprich über deinen Erfolg nicht mit Übertreibung. Orientiere dich an den Besseren und nicht an denen, deren Leistungsstand du bereits erreicht hast.
- **Hilfsbereitschaft und Wertschätzung**
  - Sei anderen gegenüber stets hilfsbereit: Unterstütze als (Trainings-)Älterer die Jüngeren. Hilf deinem Partner, die Techniken korrekt zu erlernen und Neuen, sich in der Gruppe zurechtzufinden. Erkenne die Leistung jedes Anderen an, wenn dieser sich nach seinen Möglichkeiten ernsthaft anstrengt.
- **Ernsthaftigkeit**
  - Sei immer konzentriert bei der Sache. Entwickle eine positive Trainingseinstellung und übe fleißig.
- **Selbstbeherrschung**
  - Achte stets auf Pünktlichkeit und Disziplin - beim Training, Wettkampf und im Leben. Verliere auf der Matte nie die Beherrschung, auch nicht in Situationen, die dir unfair erscheinen.
- **Höflichkeit**
  - Behandle deine Trainingspartner, Wettkampfgegner und Mitmenschen wie Freunde. Zeige deinen Respekt gegenüber jedem Judo-Übenden durch eine ordentliche Verneigung.
- **Freundschaft**
  - Achte all diese Werte und alle Menschen, dann wirst du nicht nur beim Judo Freunde finden.

(angelehnt an "hurra, ich lerne judo" des ÖJV, 1. Auflage 2016)

Für Interessierte unter 14 jährige gibt es aktuell ein Gewinnspiel zu diesen Werten. Informationen können hier abgerufen werden:

- <https://www.judoaustria.at/allgemein/die-grossen-8/>

Ein Video mit dem Titel "Judo - Values for Life" wurde auch zu diesem Thema veröffentlicht und kann hier angesehen werden:

- <https://youtu.be/Nbku4t20RgU>

# Coronavirus

## Risiken minimieren!



Hände regelmäßig mit Seife waschen



Abstand von mindestens einem Meter halten



In öffentlich zugänglichen Innenräumen:  
Mund-Nasen-Schutz verwenden



Wenden Sie sich an die **Hotline 1450**, wenn Sie  
die gängigen Symptome (Fieber, Husten) zeigen

## IMPRESSUM

**Medieninhaber:** Judo Wörthersee, Strindbergstraße 11,  
A-9020 Klagenfurt am Wörthersee

**ZVR:** 043163364

**Organschaftliche Vertreter:** Obmann: Christoph Oratsch

**Vereinsitz:** 9220 Velden am Wörthersee

**E-Mail:** [office@judowoerthersee.at](mailto:office@judowoerthersee.at)

**Unternehmensgegenstand und grundlegende Richtung:**  
Verein zur Verbreitung und Förderung von JUDO

## TERMINE

Jeden DI, DO & FR:

Ein neues Trainingsvideo mit Niveau  
von leicht bis schwer unter:  
[judowoerthersee.at/trainingsvideos/](http://judowoerthersee.at/trainingsvideos/)

**Bis auf weiteres sind alle weiteren  
Termine abgesagt bzw. verschoben!**