

Werte-Challenge: Eure Kreativität ist gefragt!

<p>FREUNDSCHAFT</p> <p>Achte all diese Werte und alle Menschen, dann wirst Du nicht nur beim Judo Freunde finden.</p>	<p>EHRlichkeit</p> <p>Sei immer ehrlich und kämpfe fair, ohne unsportliche Handlungen und ohne Hintergedanken.</p>	<p>WERTSCHÄTZUNG</p> <p>Erkenne die Leistung jedes Anderen an, wenn dieser sich nach seinen Möglichkeiten ernsthaft anstrengt.</p>	<p>HILFSBEREITSCHAFT</p> <p>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.</p>
<p>SELBSTBEHERRSCHUNG</p> <p>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 unfaßbar erscheinen.</p>	<p>Die Judo Werte</p>		<p>BESCHIEDENHEIT</p> <p>Spiele Dich selbst nicht in dem Vordergrund. Sprich über Deinen Erfolg nicht mit Übertriebung. Orientiere Dich an dem Besseren und nicht an denen, deren Leistungsstand Du bereits erreicht hast.</p>
<p>ERNSTHAFTIGKEIT</p> <p>Sei immer konzentriert bei der Sache. Entwickle eine positive Trainingseinstellung und übe fleißig.</p>	<p>HÖFLICHKEIT</p> <p>Behandle Deine Trainingspartner, Wettkampfgegner und Mitmenschen wie Freunde. Zeige Deinen Respekt gegenüber jedem Judo-Übenden durch eine ordentliche Verneigung.</p>	<p>RESPEKT</p> <p>Begegne jedem mit Respekt. Behandle Deine Lehrer und Judo-Freunde immer zuvorkommend und erkenne die Leistungen anderer an.</p>	<p>MUT</p> <p>Nimm Dein Herz in die Hand – im Randsport, im Wettkampf und im Leben selbst. Gib Dich niemals auf, auch nicht bei einer drohenden Niederlage oder bei einem scheinbar übermächtigen Gegner.</p>

Ihr kennt sicher alle die Judowerte. Der Judosport ist ohne Respekt, Mut, Freundschaft und Co nicht vorstellbar. Wie merkt ihr euch die Judowerte? Sendet dem Deutschen Judo-Bund (DJB) bis zum 31.05.2021 eure „Eselsbrücken“ zu und gewinnt ein DJB-Überraschungspaket.

Wer schafft es, aus jeweils dem Anfangsbuchstaben einen sinnvollen und einprägsamen Satz zu bilden, um sich die Judowerte besser merken zu können?

Respekt

Bescheidenheit

Höflichkeit

Mut

Freundschaft

Selbstbeherrschung

Wertschätzung

Hilfsbereitschaft

Ernsthaftigkeit

Ehrlichkeit

Als bekanntes Beispiel kann folgender Satz genannt werden: **M**ein **V**ater erklärt **m**ir jeden **S**onntag unseren **N**achthimmel.“ Diese Eselsbrücke zählt mit den Anfangsbuchstaben unsere acht Planeten in



der richtigen Reihenfolge mit zunehmendem Abstand zur Sonne auf: **Merkur, Venus, Erde, Mars, Jupiter, Saturn, Uranus, Neptun.**

Bei unserer Werte-Challenge machen wir es euch ein wenig einfacher. Die Reihenfolge der Judowerte ist variabel. Vielleicht habt ihr ja auch andere pfiffige Ideen für eine „Eselsbrücke“?

Schickt uns eure Ideen mit dem Betreff „Judowerte“ bis zum 31.05.2021 an: djb@judobund.de. Unter allen Teilnehmern verlosen wir drei tolle DJB-Überraschungspakete!

Viel Spaß und gutes Gelingen.

Seid Judo – Bleibt Judo!