

Mitgliederzeitung vom SFV Europa

Sportförderverein Europa e.V. im Polizei SV Braunschweig

03

Herbst / Winter 2021



www.judo.bs

www.facebook.com/sfveuropa



Wusstet Ihr ...

... ein Judogürtel sollte niemals gewaschen werden!

Es gibt 2 Gründe dafür: Zum einen verliert er die Farbe und zum anderen, was noch viel wichtiger ist, wird traditionell überliefert, dass der Gürtel durch Übung an Erfahrung sammelt. Und die würde man ganz einfach wieder rauswaschen.

Unsere Zusammenarbeit mit dem Braunschweiger Judo Club e. V. intensiviert sich

und wir wachsen als Vereine immer weiter zusammen. Wir stimmen unsere Trainingseinheiten besser aufeinander ab, um den Judoka beider Vereine ein besseres Angebot zu machen. Judoka vom SFV, BJC und Stützpunkt Braunschweig sind herzlich eingeladen die Einheiten beider Vereine zu nutzen!



Der SFV Europa sagt

NEIN

zu sexualisierter Gewalt im Judoport.

Ihre / Eure Ansprechpartnerin ist:

Nadine Dittmann

Telefonnummer (0 53 63) 80 87 67



Verkaufs-Ecke

Aus dem Anzug rausgewachsen? Der Gürtel zu eng?

Judo-Anzug blau (Trainingsanzüge)

JuSport, Gr. 140
Danrho, Gr. 150
ProTouch, Gr. 160

30,- Euro
30,- Euro
40,- Euro

Judo-Anzug weiß (NUR auf Wettkampf getragen)

Kwon, Gr. 140
Moskito, Gr. 150
Moskito, Gr. 170

30,- Euro
50,- Euro
65,- Euro

Gürtel

weiß-gelb, gelb-orange,
orange, orange-grün, grün
220 cm jeweils 3,50 Euro

Alle Anzüge und Gürtel Telefon: 0152 33641795

Liebe Sportler*innen, SFV-Mitglieder und Eltern,



genau wie meine Kolleginnen Jenny und Susanne in den vorherigen Ausgaben möchte ich mich zunächst bei euch vorstellen. Mein Name ist Simon Voss und ich bin der Dritte im Bunde des SFV-Vorstands. Ich bin „original Braunschweiger“, bin hier geboren und aufgewachsen, zur Schule gegangen und habe eine Ausbildung sowie ein Studium in der Region BS absolviert. Seit 2001 arbeite ich bei dem Finanzdienstleister eines großen norddeutschen Automobilkonzerns. Mit dem Judoport bin ich verbunden, weil ich ihn selbst von Kindesbeinen an, genauer gesagt seit 1989, aktiv betreibe. Zunächst im PSV Braunschweig und später dann seit Gründung im Jahr 2002 im SFV Europa.

Auch heute stehe ich noch auf der Matte, bin als Trainer tätig und trainiere selber aktiv. Letzteres allerdings nicht mehr ganz so intensiv wie früher, als ich in der Jugend-Nationalmannschaft sowie im Bundesliga-Team des SFV gekämpft habe. Mit seiner gesamtheitlichen Forderung und Förderung der Physis einerseits und der Förderung psychologischer Aspekte und sozialer Fähigkeiten wie Selbstvertrauen, Respekt und Ehrlichkeit andererseits sowie seiner Philosophie und seinem Wertesystem ist Judo für mich ein faszinierender und überaus facettenreicher Sport. Und so habe ich mich vor einigen Jahren entschieden, mich auch ehrenamtlich im SFV für „den schönsten Sport der Welt“ zu engagieren. Seit 2012 bin ich Schatzmeister und damit das dienstälteste Mitglied in unserem Vorstand. In dieser Funktion bin ich im Wesentlichen für die Finanzen des Vereins verantwortlich, nehme aber auch andere Aufgaben wie zum Beispiel die Pflege unseres Online-Auftritts oder die Organisation von Werbe- und Marketingaktivitäten wahr. Aktuell kümmere ich mich um diese Aufgaben aus der Ferne, da ich aus beruflichen Gründen gemeinsam mit meiner Frau Madeleine – ebenfalls Judoka, Wettkämpferin und Trainerin im SFV – im schönen Bratislava, der Hauptstadt der Slowakei, lebe. Dies ist dank der modernen Kommunikations- und Interaktionsmöglichkeiten auch problemlos möglich und im Sommer 2022 werden wir nach Braunschweig zurück kehren.

Wir freuen uns, dass wir seit dem Ende der Sommerferien auch wieder Judo in unserem eigenen Dojo betreiben können, nachdem wir uns eine ganze Zeit lang mit Online-, Outdoor- und gemeinsamen Training bei unserem Partnerverein Braunschweiger JC über Wasser gehalten haben. Insgesamt hat die Pandemie und der damit verbundene, teils monatelange Ausfall des Trainings auch bei uns im Verein dazu geführt, dass uns einige Mitglieder den Rücken gekehrt haben. So haben wir aktuell ca. 20% weniger kleine und große Judoka im Verein als noch vor der Pandemie.

Allen anderen, die dabei geblieben sind und uns getreu des Mottos „Seid Judo, bleibt Judo“ die Treue gehalten haben, danke ich an dieser Stelle im Namen des gesamten Vorstands recht herzlich für ihre Solidarität und Unterstützung. Durch den über weite Strecken eingeschränkten Sportbetrieb in den vergangenen ca. 1½ Jahren hatten wir in wesentlichen Bereichen wie Übungsleiterentschädigungen und der Kostenübernahme für Veranstaltungen (Teilnahmegebühren für Turniere, Wettkämpfe, Trainingslager etc.) auch deutliche geringere Ausgaben. Dadurch sowie durch ein solides Wirtschaften in den Vorjahren ist unser Verein trotz des Mitgliederschwundes sportlich und finanziell gut aufgestellt. Unser Ziel ist es nun, die Mitgliederzahlen wieder nach oben zu bringen sowie den Braunschweiger Judoport auch und insbesondere durch die Kooperation mit dem BJC weiter zu stärken.

Nutzt also ihr als Judoka einerseits das Angebot und die Möglichkeiten, aktiv auf der Matte zu trainieren. Andererseits macht wo immer möglich Werbung für den Judoport im Allgemeinen und den SFV im Speziellen. Erzählt euren Geschwistern, Freunden, Schulkameraden und Bekannten davon. Oder noch besser: bringt sie einfach zum Training mit und zeigt ihnen, was für ein toller Sport Judo ist.

Gemeinsam für ein starkes Judo im SFV und in unserer Stadt.

Sportliche Grüße und bleibt gesund, Simon Voss

Inhalt

Verschiedenes	2
Vorwort	3
Judo-Sommerschule Mathieu in Kienbaum	
Deutsche Meisterschaft in Leipzig	4
Nachwuchsturnier in Osnabrück	
Selbstverteidigung für Frauen	
Trainerlehrgang	5
Zeltlager	6/7
Gürtelprüfung	
Welcome-Back-Turnier LEM u15	8
Julians Fitness- und Ernährungstipps	9
Der SFV in Person	10/11
Mathieu beim EM-Debüt	
Braunschweiger Damen werden Landesmeisterinnen	12

Impressum

Herausgeber:
SFV Europa Braunschweig
1. Vorsitzende Jennifer Ann Martin,
2. Vorsitzende Susanne Lehmann-Breitbarth,
Schatzmeister Simon Voss
v.i.S.d.P.:
Susanne Lehmann-Breitbarth
Internet: www.judo.bs
www.facebook.com/sfveuropa
Redaktion:
Verein
Satz und Gestaltung:
Martina Wiehe
Anzeigen und Druck:
Lebenshilfe Braunschweig
gGmbH/Druckerei, Rautheim
Tel.: (05 31) 47 19-117.
Email: druckerei@lebenshilfe-braunschweig.de
Erscheinungsweise: 2x im Jahr
Es gilt die Anzeigenpreisliste vom 01.01.2020.
Fotos: Verein, privat, pixabay
Alle Infos und weitere Details gibt's auch auf unserer Website.



SFV-Europa Trainerin Melanie Wimmer als Referentin bei der 25. NJV Judo Sommerschule

Trainerin Melanie Wimmer gab bei der Judo Sommerschule 2021 des niedersächsischen Judo-Verbandes im Olympiastützpunkt Hannover eine 90-minütige Trainingseinheit zum Thema „Fußtechniken“. Sympathisch und charmant motivierte sie zum engagierten Mitarbeiten und Mitdenken.

Die diesjährige Sommerschule des NJV fand unter strengen Hygieneregeln statt. Alle fünfzig Teilnehmer und Referenten wurden vor dem Lehrgang getestet und einer Temperaturerfassung unterzogen, selbst die vollständig Geimpften.

Foto: Udo Möbus, NJV JuSoSchu 2021



Mathieu Dittmann beim deutsch-französischen Lehrgang der Nationalmannschaft u18 in Kienbaum

Unser SFV-Judoka Mathieu hat am deutsch-französischen Austauschlehrgang in Kienbaum teilgenommen.

In der Zeit vom **15. bis 22. Juli** trainierte Mathieu, der seit Ende letzten Jahres dem deutschen Nationalkader u18 angehört, gemeinsam mit Judoka des französischen Nationalkaders.

Deutsche Meisterschaft u18 in Leipzig

Am **9. und 10. Oktober** wurden in Leipzig die Deutschen Meister in 18 Gewichtsklassen der Männer und Frauen unter 18 Jahren gekürt.

In einem gut organisierten Ablauf der Veranstaltung kämpften die Sportler der u18 in je neun Gewichtsklassen männlich und weiblich um den Titel Deutscher Meister. SFVlerin Mayleen konnte sich durch souveräne, vorzeitige Siege bis ins Finale vorkämpfen.

Im Finale wurde ihr Wurfansatz bestraft, weswegen sie leider das nachsehen hatte und den 2. Platz belegte.

Insgesamt zeigte Mayleen eine sehr gute Leistung und präsentierte sich vor den Augen der Bundestrainerin von ihrer besten Seite.



Nachwuchsturnier in Osnabrück

Am ersten Herbstferien-Wochenende waren unsere Trainer Leon Grabenhorst und Sören Wendt beim ersten Nachwuchsturnier der Judo Crocodiles e.V. in Osnabrück, wo endlich auch die „Kleinen“ mal wieder Turnierluft schnuppern konnten.

Es war ein stark besetztes Turnier mit 144 Kindern aus 18 Vereinen und 5 Bundesländern.

Auch für Jana war dieses Turnier ein voller Erfolg, da sie den ersten Platz belegte. Herzlichen Glückwunsch.



Leon, Jana und Sören

Erster SV-Kurs für Frauen ein voller Erfolg

Am **Freitag, den 29.10.2021** fand der erste Selbstverteidigungskurs für Frauen beim SFV-Europa statt. Sieben Frauen nahmen an dem 4-stündigen Lehrgang teil.

Die Inhalte des Lehrgangs Gewaltprävention, Gefahrensituationen erkennen, vermeiden und meistern wurden von unseren Trainern Thorsten Krafft und Julia Geiger in theoretischer und praktischer Form vermittelt.

Dabei konnte es auch schon mal etwas lauter werden, als die Teilnehmerinnen ihre Stimmen kraftvoll einsetzen mussten oder mit vollem Körpereinsatz die Schlagpolster bearbeiteten.

Eine Fortsetzung folgt und wir hoffen auf weitere begeisterte Teilnehmerinnen.



Sören, Julia und Leon

Trainerlehrgang in Osnabrück

Vom 5. bis 7. November 2021 waren unsere Nachwuchstrainer Sören Wendt, Julia Geiger und Leon Grabenhorst in Osnabrück beim Trainerlehrgang zum Thema „Spezialisierung Leistungssport“.

In verschiedenen Praxis- und Theorieeinheiten wurden sie an wettkampfnähe Trainingsmethoden herangeführt und über Themen, die für Wettkampfsportler entscheidend sein können, aufgeklärt.

Die Trainer-C-Ausbildung ist mit 120 Stunden und 5 verschiedenen Modulen die umfangreichste im NJV-Programm. Bei dieser Form der Trainerausbildung besteht die Möglichkeit, die Lehrgangsteile auf zwei Jahre zu strecken, eine Prüfung ist jeweils eingearbeitet.

Das ermöglicht ein hohes Maß an Flexibilität, der Ausbildungsplan kann individuell erstellt werden.

Zeltlager am Tankumsee u18/u21

Um das Gemeinschaftsgefühl zu stärken, haben wir vom **9. bis 11. Juli 2021** ein gemeinsames Zeltlager vom SFV und BJC am Tankumsee veranstaltet. Leider startete unser Zeltlager sehr verregnet. Wir haben das Beste draus gemacht und haben unter einer Überdachung gemeinsam gegessen und gespielt. Nach dem schlechten Wetter am Freitag, konnten wir den sonnigen Samstag in vollen Zügen genießen. Direkt nach dem Aufstehen starteten wir mit einem Frühtraining. Nach einem Lauf um den See folgten zwei kleine Kraftzirkel. Anschließend haben wir uns das Frühstück wirklich verdient.



Am Zeltplatz angekommen, erstmal ein trockenes Plätzchen gesucht.



Leon und Julian im strömenden Regen beim Zelt aufbauen.



Standwaage beim Zeltaufbau.



Alle Jacken mussten danach zum Trocknen aufgehängt werden.



Gemeinschaftsaktivitäten, die unser Vertrauen und das Zusammenhaltungsgefühl stärken. Alle Aufgaben konnten wir nur schaffen, wenn wir gemeinsam an einem Strang ziehen und einander vertrauen.



Nach einer kurzen Pause haben wir Gemeinschaftsaktivitäten gemacht, die unser Vertrauen und das Zusammenhaltungsgefühl stärken. Alle Aufgaben konnten wir nur schaffen, wenn wir gemeinsam an einem Strang ziehen und einander vertrauen. Im anschließenden Volleyballmatch konnten wir uns nochmal auspowern. Zum Abschluss genossen wir das Wetter auf den Tretbooten und im See. Sonntag haben wir in aller Ruhe alle Zelte wieder abgebaut und ein tolles Team-Wochenende endete. Vielen Dank an Melanie, Claire, Johannes, Flo und Juli für die Betreuung und die Organisation!



Auspowern beim Volleyball.



Tagesbesprechung.



Gemütliches Ausklingen des Tages Marshmallows und zusammen sitzen am warmen Grill.



Auf dem Tretboot ... „nicht in Seenot“.



„Groß gegen Klein“



Abfahrt

Gürtelprüfung Sören und Leon

Nach mehreren Wochen intensiver Vorbereitung, die corona-bedingt etwas erschwert war, legten Sören Wendt und Leon Grabenhorst ihre Gürtelprüfung erfolgreich ab. Zu den abgefragten Inhalten gehörten u.a. diverse Würfe, Würger und Hebel, Anwendungsaufgaben, Vorkenntnisse aus allen vorherigen Gürtelstufen sowie theoretisches Wissen und die lange eingeübte Kata (ein Form der Demonstration von Techniken).

Sie können sich über die jeweils höhere Gürtelstufe freuen:

Sören trägt nun den 2. Kyu (Blaugurt), Leon den 1. Kyu (Braungurt).

Herzlichen Glückwunsch an die beiden erfolgreichen Prüflinge.



Welcome Back Turnier in Vorsfelde

Am **20. November 2021** begleiteten unsere Trainer Julian, Sören und Leon unsere jüngeren Sportler nach Wolfsburg, um nach der langen Coronapause endlich mal wieder etwas Wettkampfluft zu schnuppern.

Alle haben sich hoch motiviert gezeigt und nach dieser langen Wettkampfpause auch viel ausprobiert. Alles in allem war es ein sehr erfolgreiches Wochenende.

Die Ergebnisse im Einzelnen:

U11:

- 1. Platz: Maksim
- 3. Platz: Yago, Julius, Stanislav
- 5. Platz: Stina

U13:

- 1. Platz: Mantas
- 2. Platz: Jana, Jacy



Erfolgreiche LEM u15 für die Braunschweiger

Unter strengen Hygieneregeln konnten die diesjährigen Landeseinzelmeisterschaften u15 in Nienhagen stattfinden. Die Braunschweiger Trainingsgruppe präsentierte sich von ihrer besten Seite und wurde mit Edelmetall belohnt.

SFV-Judoka Marwin, eigentlich noch Kämpfer der u13, bewies Kämpferherz und konnte sich bis auf Platz 3 vorkämpfen und wurde mit der Bronzemedaille belohnt. Für ihn geht es in 2 Wochen zu den Norddeutschen Einzelmeisterschaften u15.

SFV-Judoka Nils zeigte kämpferisch gute Leistungen und bestritt harte und ausgeglichene Kämpfe, konnte sich allerdings nicht mit einer Medaille belohnen.



Kochen mit (unserem Trainer) Julian

Essen ist super und macht glücklich, aber die Auswahl ist riesig und wie immer ist die Zeit begrenzt, also was tun, um einen guten Start in den Tag, oder doch lieber einen ausgiebigen Snack nach dem Sport zu haben?

Eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung kann manchmal doch etwas nervenaufreibend sein. Deswegen hier ein Gericht mit vielen wichtigen Nährstoffen. Wichtig dabei war für mich, es muss einfach sein, schnell zubereitbar sein und auch für *Meal prep** taugen. *Ever Julian*

Wir machen diesmal Pancakes:

Zutaten für 5 Stück

- 1 Ei (M)
- 100 ml Milch
- 1 TL Backpulver
- 1TL Zucker
- 125g Weizenmehl
- 1 Prise Salz
- ggf. etwas Zimt

Für die angehenden Kraftpakete unter uns auch noch was mit ein bisschen mehr Proteinen (Zutaten für 4 Stück):

- 60g Proteinpulver (Geschmack eurer Wahl)
- 60g Haferflocken
- 2 TL Backpulver
- 2 Eier (M)
- 50ml Milch
- ggf. etwas Zimt

Gern nachkochen und uns eure wilden Kreationen per Foto schicken. Die würden wir in der nächsten Ausgabe veröffentlichen.

Toppings: hierbei kann man der Kreativität freien Lauf lassen, sodass viele verschiedene Geschmacksvariationen und -kreationen entstehen können, hier nur ein paar Beispiele: **verschiedene Sorten Beeren, Ahornsirup, Speiseeis, Banane mit Schokosoße oder auch herzhaft mit Bacon.**

1. Haferflocken mit einem Mixer oder mixerähnlichen Gerät zu Pulver verarbeiten
2. Alle Utensilien in eine Schüssel geben
3. zu einem flüssigen Teig mixen oder per Hand verrühren, wenn nötig etwas Wasser mit hinzugeben
4. beschichtete Pfanne mit möglichst neutralem Öl auf voller Stufe erhitzen
5. wenn die Pfanne heiß ist auf schwache Hitze runtersetzen und eine Portion vom Teig in die Pfanne geben
6. wenn der Teig anfängt oben kleine Bläschen zu schlagen, dann einmal wenden (ca. 1-3 Minuten pro Seite)
7. aus der Pfanne nehmen und mit Toppings eurer Wahl servieren – Guten Appetit

So kann es aussehen, wenn man kreativ wird:



**Meal prep ist die Abkürzung für den englischen Begriff „meal preparation“ und bedeutet in der deutschen Übersetzung nichts anderes als Essensvorbereitung. Das heißt in der Praxis, Essen vorkochen für einen oder mehrere Tage.*

Und so sah es bei mir aus:



Der SFV Europa in Person

Unser Vorstand



Jennifer Ann Martin

Jenny ist seit September 2016 Mitglied im Vorstand des SFV Europa. Sie begann 1996 im Haselünner SV mit dem Judo, ist Trägerin des 1. Dan und besitzt eine Judo-trainer C-Ausbildung für den Bereich Wettkampfsport.

Beruflich ist sie als Personalberaterin in Hamburg tätig.



Susanne Lehmann-Breitbarth

Susanne ist seit dem Jahr 2018 unsere 2. Vorsitzende. Sie selbst hat zwar kein Judo betrieben, ist aber seit Jahrzehnten dank ihrer zwei Kinder sehr eng mit dem Judo-sport verbunden und unterstützt ihn seitdem intensiv. So ist ihr Sohn André als ehemaliges Mitglied der Deutschen Nationalmannschaft und Olympionike von Rio 2016 einer unserer erfolgreichsten SFV-Athleten.



Simon Voss

Simon kümmert sich seit Februar 2012 im SFV-Vorstand um die Finanzen des Vereins. Judo betreibt er von Kindesbeinen an, genauer gesagt seit 1989. Er trägt den 3. Dan und war in den 1990er Jahren Mitglied im Bundeskader und Nationalmannschaft der Altersklassen u16 und u18. Anfang der 2000er kämpfte er in der Liga-Mannschaft des SFV. Simon besitzt eine Trainer C-Lizenz im Bereich Leistungssport.

Unsere Trainer



Marc Blödorn

Lizenz: Trainer A Leistungssport
Gruppen/Altersklassen:
LLZ-Gruppen Wettkampfsportler ab u15
Weitere Funktionen: Landestrainer Nachwuchs u15/u18 weiblich & männlich



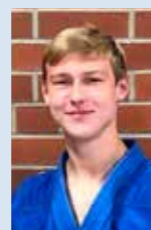
Gottfried Burucker

Graduierung: 6. Dan
Lizenz: Diplom-Trainer
Gruppen/Altersklassen: LLZ-Gruppen
Wettkampfsportler u15/u18/u21
Weitere Funktionen: Teamleiter der Nachwuchs-Landestrainer, Stützpunktleiter und -trainer des Landesleistungszentrum Judo beim SFV Europa Braunschweig



Julia Geiger

Judo seit: 2006
Graduierung: 1. Kyu
Gruppen/Altersklassen:
Breiten- und Hobbysportler
Anfänger u11/u13



Lars Geiger

Judo seit: 2006
Graduierung: 1. Kyu
Gruppen/Altersklassen:
Breiten- und Hobbysportler
Anfänger u11/u13



Leon Grabenhorst

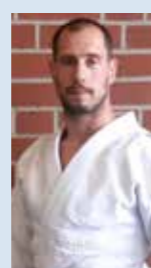
Judo seit: 2010
Graduierung: 1. Kyu
Lizenz: Assistenztrainer
Gruppen/Altersklassen:
Anfänger und Wettkämpfer u9/u11



Simon Kindler

Graduierung: 3. Kyu

Lizenz: Assistenztrainer
Gruppen/Altersklassen:
Anfänger und Wettkämpfer u9/u11



Thorsten Krafft

Judo seit: 1990
Graduierung: 1. Dan
Lizenz: Trainer B Selbstverteidigung,
Trainer C Leistungssport
Gruppen/Altersklassen:
Breiten- und Hobbysportler



Andreas Mätzing

Graduierung: 3. Dan
Gruppen/Altersklassen:
Erwachsenen-Breitensportgruppe
(Anfänger und Fortgeschrittene
von 18 bis 80 Jahren)



Anika Richter

Judo seit: 1993
Graduierung: 2. Dan
Lizenz: Trainer C Leistungssport
Gruppen/Altersklassen: Breiten- und
Hobbysportler u12/u15



Julian Schade

Judo seit: 2000
Graduierung: 1. Dan
Gruppen/Altersklassen:
Wettkämpfer u12/u15/u18/u21
und Erwachsene



Tarek Scharifi

Judo seit: 2007
Graduierung: 1. Dan

Gruppen/Altersklassen:
Anfänger u9, Wettkämpfer u13/u15



Madeleine Voss

Judo seit: 1991 Graduierung: 1. Dan
Lizenz: Trainer C Leistungssport
Gruppen/Altersklassen: Anfänger u9,
Breiten- und Hobbysportler u12/u15.
Weitere Funktionen im SFV: Jugendreferen-
tin für die Altersklassen u9/u12/u15.



Simon Voss

Judo seit: 1989
Graduierung: 3. Dan
Lizenz: Trainer C Leistungssport
Gruppen/Altersklassen:
Wettkämpfer u18, u21 & Erwachsene



Sören Wendt

Judo seit: 2014
Graduierung: 2. Kyu

Gruppen/Altersklassen:
Anfänger und Wettkämpfer u9/u11



Melanie Wimmer

Judo seit: 2002
Graduierung: 2. Dan
Lizenz: Trainer B Leistungssport
Gruppen/Altersklassen: Anfänger und
Wettkämpfer u9/u12/u15/u18

Ehrenamtliche



Nadine Dittmann

Ansprechpartnerin
„Nein zu sexualisierter
Gewalt im Judo-sport“



Sandra Gärtner

Presse- und Öffentlichkeitsbeauftragte



Susanne Geiger

1. Kassenprüferin



Martina Wiehe

2. Kassenprüferin
Gestaltung
der Vereinszeitung

Beim EM-Debüt auf Rang neun

SFV-Europa-Judoka Mathieu Dittmann gewann in Riga zwei seiner vier Kämpfe.

Von Ute Berndt

Braunschweig. Wenn Mathieu Dittmann heute nach seinem großen Abenteuer U-18-Europameisterschaft wieder zu Hause in Nordsteinke eintrifft, wird der Judoka des SFV Europa Braunschweig bestimmt schon ein bisschen milder über sich urteilen. Am Mittwoch, nach seiner Niederlage gegen den Polen Dawid Szulik nach langen 5:29 Minuten hatte der 17-Jährige noch mit sich gehadert. „Den Kampf hätte ich gewinnen können“, ärgerte er sich über das Verpassen des Viertelfinales.

So landete der ehrgeizige Athlet bei seinem Debüt auf einem großen internationalen Turnier am Ende nach zwei Siegen und zwei Niederlagen auf Platz neun – ein Abschneiden, das sich allemal sehen lassen kann. Rund 400 Athleten aus 57 Nationen gingen bei der Kadetten-EM im lettischen Riga mit strengen Hygieneregeln auf die Matten. „Ich war sehr angespannt“, räumte Dittmann ein. „Aber die Europameisterschaften waren gut. Ich habe mich gefreut für Deutschland kämpfen zu können.“

Es war ein steiler Aufstieg, der ihn zur EM beförderte hatte. 2019 schnupperte er beim Europacup in Zagreb schon einmal internationale Luft. Doch dann kam der Corona-Lockdown, es gab keine Wettkämpfe mehr. Sein Training in Braunschweig konnte Dittmann jedoch durchziehen.

Dank der Kooperation mit dem Braunschweiger JC, der sein vereinseigenes Dojo nutzen konnte, als städtische Hallen geschlossen waren, arbeitete der Landesstützpunkt Braunschweig unter der Regie von Landestrainer Gottfried Burucker



Große Bühne für Mathieu Dittmann: Der U-18-Kämpfer des SFV Europa kämpfte in Riga erstmals bei einer Europameisterschaft.

FOTOS: PRIVAT

trotz der allgemeinen Einschränkungen weiter. Dittmann hatte vor Ort sogar einen starken Sparringspartner. BJCer Fares Badawi, der bis zuletzt gehofft hatte, ins Flüchtlingssteam des IOC für die Olympischen Spiele in Tokio zu kommen, kämpft in derselben Gewichtsklasse bis 73 Kilogramm.

Das fruchtete. Ende 2020 wurde Mathieu Dittmann ins Jugend-Nationalteam berufen, und im Mai gewann er die Konkurrenz beim Bundessichtungsturnier, den Ruhr-Games in Bochum. Anfang der Sommerferien folgte auf Einladung des Bundestrainers ein deutsch-französisches Trainingslager, wo sich der SFV-Europa-Athlet so stark

präsentierte, dass er für das zwölköpfige deutsche EM-Team nominiert wurde.

Viel Wettkampferfahrung auf diesem Niveau besaß der 1,78 Meter große Blondschof natürlich noch nicht. Nach dem Europacup in Kroatien hatte er lediglich noch einmal in Teplice/Tschechien gekämpft.

Dafür schlug sich Dittmann gut in Riga, bezwang den Portugiesen Manuel Baptista und den Litauer Patricijus Anevicus jeweils nach knapp zweieinhalb Minuten Kampfzeit. Der Pole, dem er nach harten Kampf unterlegen war, wurde später Dritter. Der Russe Rolan Kunizhev, dem er sich nach drei Minuten



ebenfalls beugen musste, war der große Favorit gewesen und gewann am Ende Gold.

„Mathieu hat also sehr gut abgeschnitten, das wird er mit ein bisschen Abstand sicherlich auch so sehen“, urteilte Trainerin Melanie Wimmer, die dem neuen Aushängeschild des Klubs mit den Vereinskollegen einen schönen Empfang bereiten wird. Für Dittmann geht es Ende September mit der Qualifikation für die deutschen Einzelmeisterschaften weiter.

Braunschweiger Damen werden Landesmeister

Nach drei packenden Duellen konnte sich unsere Braunschweiger Damenmannschaft den Landesmeistertitel sichern. In der Auftaktbegegnung gewannen sie 5:0 gegen das Judoteam Hannover. In der nächsten Begegnung gegen den MTV Elze wurde es sehr spannend. Mit einem knappen 3:2 Sieg war der letzte Kampf ausschlaggebend für den Ausgang der Begegnung. Im letzten Kampf standen die Braunschweiger der Damenmannschaft von Stade gegenüber. Hier konnten die Braunschweiger erneut als Sieger, mit einem 4:1 Sieg von der Matte gehen.

Die Braunschweiger Männer konnten sich nach einer 5:1 Niederlage gegen Bremen, einem 5:2 Sieg gegen SV Hambühren sowie einer 3:4 Niederlage gegen SC Garbsen nicht für die Finalrunde qualifizieren.

