

Anfängerinformation

柔道

JUDO

Polzeisportverein
Salzburg

ASVO
Salzburg



- » Judoanfängerkurs
- » Info zur Anmeldung
- » weitere Informationen



Infos auch online

» PSV Salzburg – Judo

>> **Gratis Schnupperkurs**

Anfängerkurse für Kinder ab 4 Jahre, Jugend und Erwachsene!

Ab 28. September 2026 - gratis schnuppern

Ausreichend PARKPLÄTZE vorhanden!

Bitte um unverbindliche Anmeldung (Platzreservierung) auf
www.psv-judo.at unter Anmeldungen!

Kleinkinderjudo (Präjudo Einsteiger 4-6 Jahre):

Kindergartenkinder 1	(4 -6 Jahre)	Montag	14.30 Uhr
Kindergartenkinder 2	(4 -6 Jahre)	Mittwoch	14.30 Uhr

Kinderjudo (6 - 14 Jahre):

Schulkindergartenkinder Anfänger und

Schulkindergartenkinder 1 (6 - 8 Jahre):	Montag	15.30 Uhr
Schulkindergartenkinder 2 (6 - 8 Jahre):	Freitag	15.30 Uhr
Schulkindergartenkinder (9 - 12 Jahre):	Montag u. Freitag	16.45 Uhr

Jugend + Erwachsene

(im Allgemeintraining integriert)

Montag	18.00 Uhr
--------	-----------

Info: Hr. Tiefgraber
0664 144 85 84
www.psv-judo.at
office@psv-judo.at

Im Anfängertraining lernen die Kinder, angepasst an die jeweilige Altersgruppe, auf spielerische Art und Weise die wichtigen Grundlagen in den Bereichen der Koordination (links, rechts, Arme, Beine), der Judo-Fallschule und der ersten Judotechniken. Parallel dazu wird an der für alle Sportarten notwendigen Körperspannung gearbeitet.

In das Training fließt die asiatische Tradition ein (Begrüßung, Verantwortlichkeit für seinen Trainingspartner, gegenseitiger Respekt, usw.). Selbstverständlich ist auch die für jegliche Sportausübung nötige Ordnung und Disziplin.

In den ersten Trainings werden anhand unterschiedlicher Spielformen die mitgebrachten koordinativen Voraussetzungen der Kinder erweitert und angeglichen. Haben sich die jungen Judoka an das Training und den Trainingsablauf gewohnt, erlernen sie die Grundlagen der Judo-Fallschule und einzelner Judo-Bodentechniken. Erst wenn die Fallschule bei jedem Kind einwandfrei funktioniert, werden die ersten Würfe erlernt.

Das langfristige Ziel ist es, den Kindern, die länger beim Judo bleiben, die Voraussetzungen für ihre Weiterentwicklung in dieser Sportart, egal ob sie Judo „just for fun“, als Hobbysportler oder als Wettkampfsportler betreiben wollen, mitzugeben. Aber auch für alle anderen Sportarten sind die o.a. Grundlagen und vor allem die Fallschule, als Unfallvorbeugung, die ideale Basis!

Grundsätzlich dürfen alle Personen, auch nicht Vereinsmitglieder, das PSV Sportzentrum betreten. Uns ist es jedoch lieber, wenn Sie sich, oder ihr Kind sobald als möglich anmelden. Am besten, wenn Sie sofort, bzw. **bis zum nächsten Training, ihr Anmeldeformular oder das für Ihr Kind ausgefüllt abgeben**, damit wir Ihre Daten aufliegen haben. Dies ist aus haftungs- und versicherungstechnisch nötig.

Diese Anmeldung ist jedoch ca. 4 Wochen unverbindlich und Sie können Ihr Kind jederzeit abmelden. Für die Abmeldung reicht eine kurze schriftliche Mitteilung an office@psv-judo.at mit dem vollständigen Namen Ihres Kindes oder ein Anruf unter: +43 664 144 8584 (Hr. Tiefgraber).

Die Anmeldung erfolgt mit:

1. Beitrittserklärung: vollständig ausgefüllt und unterschrieben. Der Trainer unterstützt Sie nach dem Training.

Onlineanmeldung unter www.psv-salzburg.at
im Menü „Service“ Beitrittserklärung

Wenn sich alle Vereinsmitglieder an die „10 Gebote für den guten Judoka“ halten, so ist ein harmonisches Vereinsleben und ein produktives Training, auch im Sinne der japanischen Tradition, garantiert!

1. Befolge die Beginn- und Endzeiten des Trainings!
2. Befolge die Anweisungen des Trainers!
3. Die Trainingshalle wird nur verlassen, wenn es unbedingt notwendig ist!
4. Außerhalb der Halle sind Hausschuhe zu tragen!
5. Befolge die Hygienevorschriften!
6. In der Ruhe liegt die Kraft - sei leise während des Trainings!
7. Nimm auf deinen Trainingspartner genauso Rücksicht wie er auf dich!
8. Nimm die Aufforderung zum Randori an!
9. Training bedeutet Einsatz!
10. Beteilige dich am Vereinsleben außerhalb des Trainings!

» Preisliste

Mitgliedsbeiträge und Gebühren ab 1.1.2026:

		lt. Aushang
Einschreibengebühr inkl. Judopaß (einmalig)		€ 45,00
Jahresbeitrag (inkl. Jahresmarke)	bis 6 Jahre	€ 350,00
	bis 15 Jahre	€ 390,00
	ab 16 Jahre	€ 420,00
Bei Teilzahlung	1. Quartal	
	bis 6 Jahre	€ 115,00
	bis 15 Jahre	€ 125,00
	ab 16 Jahre	€ 132,50
jedes weitere Quartal	bis 6 Jahre	€ 85,00
	bis 15 Jahre	€ 95,00
	ab 16 Jahre	€ 102,50
Herbstjudokurs		€ 120,00
Familienrabatt (pro weiterer Person je)	minus	€ 50,00
Prüfungsgebühren: (pro Prüfung nur 1 bzw. 1/2 Gürtel)		
Kyuprüfung Weiß/Gelb bis Gelb		€ 30,00
Kyuprüfung ab Gelb/Orange		€ 40,00
Kyumappe		€ 30,00
Diverses:		
T- Shirt		€ 20,00
Trainingsanzug (Modell mit Judogistoff)		€ 65,00
Hoodie mit Kapuze		€ 40,00
Abziehbild „Polizei-SV“		€ 5,00
Gürtel neu		€ 12,00
Gürtel neu (bei Rückgabe eines Alten)		€ 10,00
Gürtel alt (bei Rückgabe eines Alten)		€ 7,00

für Judoanfänger bzw. werdende Judoeltern

Bekleidung: Im Judotraining wird ein Judogi getragen. Diese Kleidung ist aus Mischfasern und reißfest. Der Gürtel, der zum Verschließen dieser Anzüge benutzt wird, gibt Auskunft über den Wissensstand des Trägers. (Weiß = Anfänger, etc.). Am Anfang – für die ersten Schnupperstunden – genügt ein alter Jogger (bitte keine Knöpfe und Reißverschlüsse) mit langen Ärmeln, der evt. auch kaputt werden darf. Später ist ein Judogi unbedingt notwendig, da wir schon bald (nach dem Erlernen der Fallschule) mit den ersten Wurftechniken beginnen, und die judospezifische Kleidung zum „Sichern“, d.h. den Fall des Partners zu bremsen, unumgänglich ist. Die Judogis können neu oder gebraucht (falls genug vorhanden) bei unseren Trainern gekauft werden. Sollten sie ihren Judogi in einem Sportgeschäft kaufen, achten Sie bitte darauf, dass sie einen JUDO GI bekommen und keinen Karate-Gi oder dergleichen. Letzterer ist zwar billiger, aber für die höhere Beanspruchung beim Judo nicht gemacht. Wenn sie nun stolzer Besitzer eines Judogi sind, sollten sie ihn auf jeden Fall mit einem Textilschreiber beschriften (innen rechtes Revers ganz unten, Hose linkes Bein innen ganz unten, Gürtel am Ende unter oder über dem Marker!), damit sie oder ihr Kind nicht versehentlich mit einem der vielen ähnlich aussehenden Judogis nach Hause kommen. Anfänger haben weiße Judogis, die Kampfmannschaft und an Wettkämpfen teilnehmende Kinder haben blaue Judogis.

Schuhe: Auf den Judomatten trainieren wir barfuß. Der Weg von der Garderobe zum Dojo (= Trainingsraum, der mit Matten ausgelegt ist) ist mit Schlapfen, Badeschlapfen oder Hausschuhen zurückzulegen, da man sonst den Schmutz von den Straßenschuhen usw. auf die Judomatte trägt. Das gilt ebenso für den Weg zu und von der Toilette. Am Eingang des Dojo sind die Schlapfen, Badeschlapfen oder Hausschuhe in das dafür vorgesehene Regal abzulegen!

Schmuck und Wertgegenstände: Wir bitten Sie, Schmuck der Kinder (auch Freundschaftsbänder), insbesondere Ohrringe, zu Hause zu lassen, da diese Schmuckstücke während des Trainings immer abgenommen werden müssen (Verletzungsgefahr) und sehr oft vergessen oder verloren werden. Wertgegenstände (Brieftasche, Uhr, Handy und sonstiges) sind in das Dojo mitzunehmen.

Hinweis: Der Verein haftet nicht für Garderobe und Wertgegenstände!

Begrüßung: Am Anfang und am Ende eines jeden Trainings steht die traditionelle japanische Begrüßung, zu der jeder pünktlich erscheinen sollte. Wer das Training früher verlassen will (Bus, etc.), muss dies am Anfang der Einheit dem Trainer mitteilen. Es ist ausreichend wenn ihr Kind 5 Minuten vor Trainingsbeginn umgezogen vor dem Dojo wartet (Problem Aufsichtspflicht in der Garderobe und am Gang).

Trinkpause: In jedem Training findet eine Trinkpause statt. Bitte geben Sie ihrem Kind ein Sportgetränk, Apfelsaft, Johannisbeersaft, Wasser, Isodrink, usw., aber kein Cola oder andere kohlen säurehaltige Getränke mit. Das Getränk soll in einem unzerbrechlichen und verschließbaren Behälter, am besten in einer Plastiktrinkflasche (mit Namen beschriftet) sein.

Anmeldung: Dazu benötigt man eine Beitrittserklärungen.

>> Trainingszeiten

Mit Beginn der Anfängerkurse ändern sich die Trainingszeiten, bzw. -gruppen, wie folgt!

Verantwortlicher Trainer

Montag:	Anfänger 1 Kindergartenkinder	4 - 6 Jahre	14.30 - 15.25	Tiefgraber Ronny
	Schulkinder+ SchulkinderAnfänger1	6 - 8 Jahre	15.30 - 16.40	Tiefgraber Ronny und Niederkofler Alois
	Kinder + Anfänger	7 - 13 Jahre 9 - 13 Jahre	16.45 - 17.50	Niederkofler Alois und Tiefgraber Ronny
	Allgemein + Anfänger	ab 14 Jahren	18.00 - 19.30	Prommegger Erich und Erber Georg
Dienstag:	Wettkampfanfänger	U 08/ U12	16.00 - 17.20	Tiefgraber Ronny
	Wettkampf	U 12/ U14	17.30 - 18.50	Tiefgraber Andreas
	Wettkampf	ab U16	19.00 - 21.00	Meinel Julius
Mittwoch:	Anfänger 2 Kindergartenkinder	4 - 6 Jahre	14.30 - 15.25	Schuster Simone
	Kindergartenkinder	5 - 6 Jahre	15.30 - 16.25	Schuster Simone
Donnerstag:	Wettkampfanfänger	U 08/ U12	16.00 - 17.20	Schuster Simone
	Wettkampf	U 12/ U14	17.30 - 18.50	Tiefgraber Andreas
	Wettkampf	ab U16	19.00 - 20.30	Meinel Julius
Freitag:	Kindergartenkinder	5 - 6 Jahre	14.30 - 15.25	Tiefgraber Ronny
	Schulkinder+ SchulkinderAnfänger2	6 - 8 Jahre	15.30 - 16.40	Tiefgraber Ronny und Sadeghi Mehrshad
	Kinder + Anfänger	7 - 13 Jahre 9 - 13 Jahre	16.45 - 17.50	Tiefgraber Ronny und Sadeghi Mehrshad
	Allgemein	ab 14 Jahre	18.00 - 19.50	Jungwirth Gerold und Sadeghi Mehrshad
Samstag:	Trainings nach Vereinbarung			

Gültig ab 14. September 2026
Anfänger erst ab 28. September 2026