

ITC Berlin 2025 – Internationale Trainingseinheiten und Jugendbildung

Vom 27. bis 30. Dezember 2025 nahmen 12 Jugendliche aus der Oberpfalz und geladene Judokas gemeinsam mit drei Trainern/Betreuern an einer Jugendbildungsmaßnahme mit internationalem Trainingscamp in Berlin teil. Ziel der Fahrt war es, sportliche Weiterbildung auf hohem Niveau mit historisch-politischer Bildung zu verbinden.

Bereits am Anreisetag stand nach der Akkreditierung die erste Trainingseinheit auf dem Programm. In einer rund zweistündigen Einheit lag der Schwerpunkt vor allem auf intensivem Randori mit internationalen Trainingspartnern.

Am zweiten Tag startete die Gruppe am Morgen mit der nächsten Trainingseinheit. Im Anschluss folgte ein eindrucksvoller Programmpunkt der Jugendbildungsmaßnahme: der Besuch der Berliner Unterwelten. An der Bernauer Straße besichtigten die Teilnehmenden originale Fluchttunnel aus der Zeit der deutschen Teilung. Die historischen Eindrücke wirkten nach und sorgten für viele nachdenkliche Momente. Am Abend fand eine weitere Trainingseinheit statt, bevor der Tag nach dem Abendessen mit einem kurzen Besuch eines nahegelegenen Volksfestes ausklang.

Der dritte Tag begann – wieder sportlich - mit einer intensiven Trainingseinheit. In der Mittagspause folgte einer der emotional eindrucksvollsten Programmpunkte der gesamten Fahrt: der Besuch der Gedenkstätte Berlin-Hohenschönhausen, dem ehemaligen zentralen Untersuchungsgefängnis des Ministeriums für Staatssicherheit der DDR.

Bei einer geführten Tour durch einen Historiker – teils durch originale Haftzellen, Verhörzimmer und Arrestbereiche – erhielten die Judokas einen sehr direkten und bewegenden Einblick in den Alltag der politischen Gefangenen. Besonders die Schilderungen über psychischen Druck, Isolation und die völlige Ungewissheit über die eigene Zukunft hinterließen bei den Jugendlichen einen tiefen Eindruck. Die beklemmende Atmosphäre des Ortes machte deutlich, wie wertvoll Freiheit, Meinungsäußerung und demokratische Grundrechte sind. Viele Teilnehmende zeigten sich im Anschluss sichtlich betroffen und nutzten die Gelegenheit, Fragen zu stellen und das Erlebte gemeinsam zu reflektieren.

Am letzten Tag absolvierten die Teilnehmenden am Vormittag noch ein besonderes Highlight: ein Techniktraining mit dem Potsdamer Judoka Martin Setz, der aktuell dem Nationalkader angehört. Hier konnten die Jugendlichen wertvolle Impulse und neue technische Feinheiten für ihr eigenes Judo mitnehmen.

Nach insgesamt 6 Trainingseinheiten à zwei Stunden trat die Gruppe am 30. Dezember 2025 die Rückreise nach Bayern an. Die Judokas kehrten sportlich wie auch persönlich bereichert zurück und starten bestens vorbereitet in das Judo-Jahr 2026.

Bilder: Sportfotos24, Johan Doossche

