

To uger i Japan med verdenseliten

Rapport fra en træningstur til judoens hjemland

Af Morgan Aagaard Errboe

Den 30. november rejste jeg til Japan alene for at træne med verdens bedste judokæmpere. Sidste år var vi en større gruppe fra landsholdet, der var afsted sammen, og det var så inspirerende og motiverende, at jeg besluttede at gøre det igen, selvom ingen andre danskere skulle med i år.

Jeg trænede den første uge på Tokai Universitetet

et par timer fra Tokyo. Det er Japans bedste universitet, når det kommer til judo, og Tokai har fostret utallige olympiske- og verdensmestre. Jeg boede i Ishihara, mens jeg trænede på Tokai, jeg har boet der før, og det fungerer fint. Komforten er ikke noget særligt, men man er så træt i kroppen efter træning, at man mest har brug for en seng at sove i. På Tokai trænede jeg blandt andet med Kihara, der vandt VM for juniorer i min vægtklasse, - 73 kg, tidligere på efteråret i Tadjikistan, hvor jeg også deltog. Cheftræneren på Tokai var Riki Nakaya, der er lidt af en legende og blandt meget andet tidligere verdensmester i samme vægtklasse, og der var også en lang række andre fremragende trænere. Generelt er japanerne meget venlige og villige til at dele deres viden, og jeg har haft meget held med bare at spørge, hvordan de udfører deres specialteknikker. Så bruger de som regel gerne et kvarter på at vise alle detaljerne, og man får endda lov at filme, så man kan have materialet med hjem til Danmark og øve videre. Niveauet er virkelig højt, det er nok det bedste sted i verden at træne judo, men de fleste japanere kæmper samtidig så rent, at risikoen for at få skader er mindre end på andre, tilsvarende hårde træningslejre andre steder i verden.



Der var ikke så mange udlændinge på Tokai, mens jeg var der, men jeg hyggede mig med halvdelen af det østrigske landshold, nogle amerikanere og så Matthias Cassé fra Belgien, der er verdensmester i -81 kg fra 2021 og også har en bronzemedalje fra OL i Tokyo og tre VM-medaljer yderligere. Det er en god mulighed at møde toppen af verdenseliten på den måde, hvor der ikke er så mange, og jeg fik talt lidt med Cassé, blandt andet om, hvordan han kommer ned i vægt.



Kodokan – judoens hjerte

Og lige her, sidst på året, var Tokai faktisk ikke det sted i verden, hvor den største del af judoens verdenselite var samlet. Det var nemlig, i hvert fald i ugen efter, Kodokan, som er en 8-etagers bygning midt i Tokyo, der udgør hjertet i judo over hele verden. Der er både et judomuseum, et judobibliotek, og, som det vigtigste selvfølgelig, de tre øverste etager er dojoer eller træningssale. Kodokan er en særlig institution i judo, fordi det var den skole, som judoens grundlægger, Jigoro Kano, selv etablerede. Derfor er der en statue af Kano på gaden foran bygningen, som nok er den mest fotograferede genstand blandt judofans over hele verden. Og så er der den fine tradition, at når hele verdenseliten samles i december til Grand Slam i Tokyo, så bliver de efter konkurrencen og holder en træningslejr på Kodokan.



Jeg skulle selvfølgelig med, og her var det svært at sparke sig frem for nuværende verdensmestre (dem med de røde rygmærker) og nuværende olympiske mestre (dem med de gyldne rygmærker). Jeg sad lige ved siden af, da Lee, som afgjort er en af de 5-10 bedste i verden i -81 kg, og min personlige favorit, spurgte Nagase, der er forsvarende olympisk mester, om han lige kunne vise ham det skridt han tager, inden han angriber med Ashi-Guruma. Jeg nøjedes med at sidde helt stille og lytte.

Jeg var kommet til Japan mest for at træne med japanerne, så selvom træningslejren på Kodokan var fremragende, valgte jeg et par af dagene i stedet at tage til et andet fremragende universitet, Kokushikan, hvor træningen var virkelig god, og hvor jeg blandt andet havde fornøjelsen af at træne med Takeichi, der tabte VM-finalen til Kihara i Tadjikistan...

Det var et fremragende og meget lærerigt og inspirerende træningsophold, og jeg nåede også at se endnu mere af Tokyo og få shoppet en hel del. Det er en rigtig god måde at styrke sit internationale judonetværk på, og man kommer hjem med tasken fuld af gode idéer og tricks, man glæder sig til at prøve.

På vejen hjem måtte jeg tilbringe 19 timer i Beijing, og selvom jeg fik lov at gå ud af lufthavnen og fandt et hotel og fik set lidt af byen, var det ikke nogen specielt mindeværdig eller inspirerende oplevelse, men alt i alt var det ellers en supergod tur!