

Uwe Juch

**Trainer von PSV Schwerin und wertvoller externer Berater
für das KSC Dojigo Wollerau**



Fitness-Master-Trainer, Rückenschulleiter, Trainer A. Judolehrer B. und 5.Dan Judo, Ernährungs-Trainer, Kinesio-Taping. Betreibe Judo seit 1968

Wettkämpfer Einzel bis auf internationale Ebene Mannschaft Niedersachsenliga, 2. Bundesliga

Meine Liebe zu diesem Sport habe ich sehr früh entdeckt und war beeindruckt von Menschen, die Kraft und Geschmeidigkeit in sich vereinen. In meiner Anfangszeit bin ich diesen Athleten hinterhergelaufen und habe mir alle möglichen Informationen geholt, was die beim Training anders machen als ich. Ich habe jede Information in mich aufgesaugt, denn ich war der festen Überzeugung: SO WILL ICH AUCH MAL SEIN!!! Es war ein langer Weg, aber ich habe es geschafft. Damit aber nicht genug. Die Leidenschaft zum Wettkampfsport hat mich nicht losgelassen. Zurzeit gebe diese Erfahrungen weiter um die Begeisterung, die ich noch immer habe, auch auf andere überspringen zu lassen. Ich kann auf über 30 Jahre Erfahrung im Training, Ernährung, Reha und Vorbeugung zurückgreifen. Diesen Schatz gebe ich heute gerne an unsere Athleten weiter.

Ich freue mich immer wieder wenn ein Athlet dieses FUNKELN in den Augen hat. Und die ganze Arbeit und Anstrengung der Freude über den Erfolg weicht.