

Einführung in den Formenwettkampf

Am 26. Mai 2007 fand in Essen der 2.te Einführungslehrgang in den Formenwettkampf statt.

Der Ausrichterverein TUSEM Essen hatte eine hervorragend geeignete Dreifachsporthalle zur Verfügung gestellt und somit schon einmal gute äussere Bedingungen geschaffen.

Neben der Hallenausstattung sorgte auch das Orga-Team um Jörg Hofmann für das leibliche Wohl.

Insgesamt konnten 80 TeilnehmerInnen unterschiedlichsten Alters und Graduierung begrüsst werden.

Als Referenten konnte Landestrainer Bernd Petersohn allesamt erfahrene Landes- bzw. Bundeskadermitglieder gewinnen.

So wurden die TeilnehmerInnen in vier Leistungsklassen eingeteilt, die dann von Sabrina Haas – Jessica Steinbach – Daniel Leicht – Christian Dehne und Bernd Petersohn betreut wurden.

Da die Leistungsstärken verständlicherweise unterschiedlich waren, konnte so individuell auf die Bedürfnisse der einzelnen SportlerInnen eingegangen werden.

Nach einer gemeinsamen Aufwärmseinheit wurde dann die Arbeit in den einzelnen Leistungsklassen fortgesetzt.

Im Mittelpunkt standen wiedereinander die WTF-Keypoints.

Hier wurden nun sowohl die Umsetzung der einzelnen Techniken besprochen und trainiert, als auch über das neue Wertungssystem gesprochen.

Alle waren trotz warmer Temperaturen mit Begeisterung dabei.

Damit das Gelernte auch sofort umgesetzt werden konnte, wurde in kleinen Gruppen Wettkampfatmosphäre simuliert. Im Anschluss wurden dann Fehler sofort mit in die Analyse eingebunden.

Zum Ende des Lehrgangs gab es dann ein Feedback sowohl von den SportlerInnen als auch von den Referenten.

Einig war man sich darüber, dass Lehrgänge dieser Art auf jeden fall zum Standardprogramm der nächsten Jahre gehören sollten, gleichzeitig wurde angeregt gleich gelagerte Lehrgänge auch für Trainer anzubieten, um so in allen Bereichen dem internationalen Ansprüchen gerecht zu werden.

Frank Krause
Sportreferent Formen

(Text und Fotos)