

Kaderlehrgang vom 02.09.2007 in Düsseldorf

Am 2. September 2007 fand der Kaderlehrgang D1/D2 m/w im Landesstützpunkt Düsseldorf statt. Um 09.30 und nach Eintreffen der Sportlerinnen und Sportler wurden die Einverständniserklärungen abgegeben. Um 10 Uhr begann das Programm mit einem lockeren Kennenlern-Training. Die spielerische Form des Training sorgte nicht nur für Spaß unter den Teilnehmern, es diente den Verantwortlichen auch als Beobachtung der koordinativen Fähigkeiten.

Neben allgemeinen Sportübungen, die die motorischen Fähigkeiten der jungen Sportler verbessert, wurden auch Taekwondo spezifischen Übungen wie technische Bewegungsabläufe und taktisches Verhalten trainiert.

Während der Mittagspause nutzten die Sportler die Gelegenheit, um den Profilbogen auszufüllen.

Am Nachmittag wurden die Reaktionsfähigkeit auf Weste mit Technik-Kombinationen, Gleichgewichts- und Schnelligkeitsfähigkeit der Sportler von den Trainern bewertet und darauf aufbauend fand in den einzelnen Kupgraden eine Sparring-Einheit (2 x 1,5 min) mit kompletter Schutzausrüstung statt.

"Die Sportler haben es verstanden, das Geübte schnell umzusetzen und immer fair und sauber zu kämpfen. Es ist eine Freude, diesen Talenten zuzuschauen.", so die Landestrainer. Erfreulich war auch, dass keiner sich verletzt hat.

Auch die neu hinzugekommenen Sportler wurden freundlich in das Team aufgenommen und haben sich schnell im Verlauf des Kaderlehrganges in die Mannschaft integrieren können.

"Für mich Persönlich war das eine der besten Kaderlehrgänge, die ich je in diesem Verband durchgeführt habe. Das macht Spaß und bin mir sicher, dass einige davon großes Potenzial besitzen, um erfolgreiche Sportler werden zu können. Denn Talent alleine - um ein erfolgreicher Sportler zu werden - reicht nicht aus", so Dipl. Trainer Aziz Acharki.

Zum Abschluss wurde ein Anarobe Ausdauertraining in Form eines Spielwettbewerbs durchgeführt. Um 17.30 wurde der Lehrgang beendet.

Man hat gesehen, dass es Sinn macht, gezielt nur die Sportler/innen, die von den Landestrainern beobachten bzw. gesichtet wurden oder diejenigen, die von den Heimtrainern empfohlen wurden, einzuladen. "So haben wir einen besseren Überblick und können effektiv arbeiten. Hierzu hoffen weiterhin auf eine gute Zusammenarbeit zwischen den Vereinen und Bezirken", so die Verantwortlichen.