

Poomsaelehrgang in Bielefeld

Gleich 54 SportlerInnen, vom 8. Kup bis zum 4. Dan, hatten zum 1. Poomsae-Lehrgang des Jahres 2007 der NWTU gemeldet. Dieser Lehrgang fand erstmals in ostwestfälischen Bielefeld statt, wo Ali Unlüsöy durch seine gute Hallenauswahl und auch gute Verpflegungsmöglichkeiten die Voraussetzungen für einen erfolgreichen Lehrgang geschaffen hatte.

Als Referent fungierte Landestrainer Bernd Petersohn, der, mit Nelli Mirontschneko und Christian Dehne, von zwei sehr erfolgreichen jugendlichen Kadersportlern aus der Region unterstützt wurde. Hauptthema dieses Lehrganges sollten die Umstellungen auf die sogenannten Key-Points und den WTF-Stil sein.

Zu Anfang stand erst einmal eine theoretische Unterweisung von Bernd Petersohn in die anstehenden Änderungen, wie z.B. Klasseneinteilung, Formenvorgaben und Bewertungsmodus, die in 2007 auf die SportlerInnen zu kommen. Nach einem kurzen, aber intensiven Aufwärmprogramm galt es dann die WTFStilvorgaben in die Praxis umzusetzen. Hier zeigten sich schnell die Probleme, die viele SportlerInnen mit den ungewohnten Stellungen und zum Teil auch Technikausführungen und Höhenvorgaben haben. Um eine intensive Betreuung gewährleisten zu können, wurde dann in drei Gruppen aufgeteilt, wobei Nelli sich um 8.-5.Kups kümmerte. Christian hatte es mit den 3./4.Kups zu tun und Bernd hatte sich die 2. Kups bis Danggrade herausgesucht. In diesen Gruppen wurden dann die relevanten Formen einzeln durchgearbeitet und natürlich auch die Key-Points und der WTF-Stil vertieft.

Zum Schluss hatten dann die 8.-

3.Kups die Möglichkeit im Rahmen von kleinen Testwettkämpfen das erlernte vor einer Gruppe zu präsentieren. Um aber auch den Nachwuchssportlern und Trainern mal das Niveau einer WM zu zeigen, wurde gegen Ende des Lehrganges, mittels eines Beamers, Videoaufnahmen der Poomsae WM 2006 vorgeführt. Hier sah man gerade bei den jüngeren Lehrgangsteilnehmern schon erstaunen wie perfekt Poomsae gelaufen werden können.

Alles in allem hat es allen Teilnehmern, einschl. den Referenten, viel Spaß gemacht und man freut sich schon auf den nächsten Lehrgang, um das erlernte zu vertiefen.