

# Nordrhein-Westfälische Taekwondo Union e.V.

## Presse



NWTU, 2010-01-18

### NWTU-Trainertreff 2010

Landesdachverband  
für Taekwondo  
Mitglied der Deutschen  
Taekwondo Union e.V.

Traditionell findet im Januar jedes Jahres der NWTU-Trainertreff. Der engagierte Landestrainer, Aziz Acharki, organisierte auch in diesem Jahr einen inhaltsreichen Trainertreff. Zahlreiche NWTU-Trainerinnen und Trainer kamen am 16.01.2010 trotz eisiger Kälte zur Trainerakademie nach Köln, um sich dort fortbilden zu lassen. Zu Beginn des Seminars begrüßte der NWTU-Vizepräsident Vollkontakt, Peter van den Akker, die anwesenden Teilnehmer und wünschte allen im Namen des gesamten Vorstandes der NWTU ein erfolgreiches und gesundes neues Jahr 2010. Die inhaltlichen Schwerpunkte in diesem Jahr waren Ernährung, Professionelle Lebensplanung für Spitzensportler und Doping.

Das spannende Thema Ernährung beleuchtete Hans Braun -OSP Rheinland- in seinem Vortrag "Ernährungsberatung". In diesem Vortrag wurde erläutert, wie die Grundregeln aussehen, um sich gut mit essentiellen Nährstoffen versorgen und die körpereigenen Abwehrkräfte stärken zu können. Weiter erfuhren die Trainerinnen und Trainer, welche Lebensmittel einem Sportler Power, Kraft und Ausdauer verleihen, welche eher das Gegenteil bewirken.

Dr. Thomas Fabula, Botschafter der Sportstiftung NRW, erläuterte in seinem Vortrag, wie eine professionelle Lebensplanung für Spitzensportler aussehen kann. Der promovierte Physiker und selbständige Unternehmer, der selbst viele Taekwondo-Athleten an die Leistungsspitze führte, unterstrich insbesondere die wichtige Bedeutung der sozialen Eigenschaften neben fachlichem Können: ohne Disziplin, Eigeninitiative, Ausdauer, Teamfähigkeit, Motivation, Selbständigkeit und Zielstrebigkeit ist ein zufriedener Lebensweg (work-life-balance) undenkbar. Selbst die besten Schlüsselqualifikationen allein reichen heute nicht mehr aus, um eine beruflich Karriere zu garantieren. Er diskutierte, ob die normalen Ausbildungswege gerade diese Fähigkeiten ausreichend fördern und machte deutlich, wie durch einen humanen Leistungssport diese Kompetenzen erworben und weiter entwickelt werden können.

Nach der Mittagspause stellte Dimitrios Lautenschläger das Swisttaler Internat vor. Den Trainern wurde anhand einer Präsentation das Pro und Kontra eines Internates erläutert. Die duale Betreuung im Internatszweig der Nordrheinwestfälischen Taekwondo Union, sowie das zahlreiche Lehrstellenangebot, Schul- und Studienplätze überzeugte die Teilnehmer.

Der Landestrainer Jannis Dakos hielt einen Vortrag über eines der beherrschenden Themen der Sportberichterstattung, nämlich Doping. Er erklärte, dass der Medienfocus dabei naturgemäß auf dem Leistungs- und Spitzensport liegt. Der Diplom-Sportwissenschaftler zeigte die Risiken des Dopings auf und nannte dies ein Problem des Sportes insgesamt. Der Sport kann nur dann für Jugend und Zuschauer attraktiv bleiben, wenn er glaubwürdig ist.