

Der Bundesbreitensportlehrgang in Mülheim an der Ruhr Ein echtes Erlebnis!



Am Samstag den 31. Oktober 2009 fand ein weiterer Bundesbreitensportlehrgang im Bereich Tae-kwon-do in Mülheim an der Ruhr statt. Eine Vielzahl an Teilnehmern (240!) kamen, um sich in der großen Mehrfachturnhalle einzufinden und anschließend gemeinsam zu trainieren und sich fortzubilden, darunter auch 14 Mitglieder des Tus45 Warstein. Vertreten waren jede Menge verschiedener Persönlichkeiten: Von den ganz kleinen bis zu den etwas älteren genau so wie von Weißgurt- bis mehrfachen Schwarzgurtträgern.

Eine Vielzahl verschiedener Trainingsbereiche stand den Teilnehmern zur Auswahl. Darunter zählte zum Beispiel das Formen-, Wettkampf-, oder Selbstverteidigungstraining. Stockkampf, sowie eine andere Art der Selbstverteidigung, genannt Third Body Protection, waren ebenfalls mit einer großen Anzahl an Teilnehmern belegt. Ein Absolutes Highlight für alle Frauen und Mädchen war jedoch die Selbstbehauptung, in der es darum ging, sich gegen Gefahrensituationen durch andere Personen zu wehren.

Um den ganzen Lehrgang jedoch überhaupt möglich zu machen, benötigte man nicht nur die interessierten Teilnehmer und eine möglichst große Halle, sondern auch sehr erfahrene Referenten. Dazu zählten u.A. Carlos Esteves (3. Dan), Engelbert Rotalsky (7. Dan), Isabel Dormann (3. Dan), Nicole Ketteniß (4. Dan) Claudia Beaujean (3. Dan), Willm Wöllgens (4. Dan), Gerald Meischein (5. Dan) und Anett Wöllgens (Dipl. personal Trainerin). Sie leiteten mit viel Spaß und Aufopferung die Verschieden eingeteilten Gruppen.

Zusammenfassend ist kurz und knapp zu sagen, dass es ein sehr gelungener, interessanter und lehrreicher Lehrgang für uns alle war und wir eine Menge neue Erfahrungen mit nach Hause nehmen konnten!

von und mit:

Svenja Hülsmann

Jugendleiterin der Kinder/Jugendlichen Gruppen