

Breitensportlehrgang am 14. März 2009 in Bielefeld



Der Breitensportlehrgang in Bielefeld war mal wieder ein großes „Highlight“. Durch die große Teilnehmerzahl von 78 Sportlern/-innen war die Zweifachhalle in Bielefeld gut gefüllt. Die Sportler wurde in zwei Gruppen aufgeteilt. Eine Gruppe wurde von Jürgen Kraß –Kuth in Selbstverteidigung, Fallschule und Hebeltechniken unterrichtet.



Das wurde von den Sportlern sehr gut aufgenommen. Die andere Gruppe wurde von Marius Stanecke im Einschrittkampf für höhere Gradierung trainiert.



Zum Nachmittag wurden für die Dan- Anwärtler Formen trainiert und Vorbereitung und Aufbau eines Bruchtestes geübt. Anschließend mussten Dan-Anwärtler ihren Bruchtest unter Prüfungsbedingungen aufbauen und vorzeigen. Die Lehrgangsteilnehmer konnten sich ein Bild über die Erwartungen einer Dan-Prüfung machen. Zum Schluss wurde von Marius und ein paar Sportlern kleine Vorführungen von Formen und Freestyle vorgeführt. Letztendlich war es für alle Lehrgangsteilnehmer ein sehr lehrreicher und interessanter Tag. Wir freuen uns schon jetzt auf den nächsten Lehrgang und hoffen, dass Jürgen und Marius sich noch öfters auf die weite Fahrt nach Bielefeld machen. Vielen Dank von dem ausrichtenden Verein Songokus Taekwondo e.V.

Bericht: Ali Ünlüsoy