

Breitensportlehrgang Taekwondo in Kempen



Nachdem wir im Rahmen unseres 150jährigen Vereinsjubiläums mit über 20 jugendlichen Mitgliedern an der Fahrt zum Movie Park teilgenommen haben, gelang es der Abteilungsführung einen Breitensportlehrgang mit ausgesuchten Referenten der NWTU in Kempen stattfinden zu lassen.

Nach sorgfältiger Prüfung des Abteilungsetats übernahm der Verein die Teilnahmegebühr und über 40 Mitglieder trainierten am 06.06 2009 über sechs Stunden Taekwondo mit verschiedenen Schwerpunkten für die im normalen Trainingsalltag oftmals nicht genügend Zeit bleibt.

Dazu kamen noch ca. 20 Teilnehmer aus anderen Vereinen, und so konnten neben neuen Techniken auch neue Beziehungen gepflegt werden.

Als Referenten der NWTU reisten an:

- Jürgen Kraß-Kuth 6. Dan TKD/2. Dan Hapkido,
Staatlich geprüfter Trainer und Diplom Trainer des DOSB, Prüferlizenz TKD,
- Marius Stanecka 6. Dan TKD, Trainer –B- Lizenz und Prüferlizenz TKD,
11-facher LM, 99 Vize- DM, Int. Erfolge im Freistil, 14 Jahre Mitglied NWTU Kader
- Marcel Bassiner 3. Dan Taekwondo/4. Dan Hapkido/2. Dan Hankumdo.

Schwerpunktthemen waren laut Ausschreibung neben der obligatorischen Grundschule und den Standarts, außergewöhnliche Selbstverteidigungstechniken (Hosinsul & Hapkido), sowie spezielle „Ein-Schritt-Kampf“ Übungen (Illbo Taerion, Hambon Gyorgi).

In der dreigeteilten Ludwig-Jahn Halle durchliefen alle Teilnehmer jeweils eine Trainingseinheit mit den jeweiligen Referenten und nach 6 Stunden Taekwondo sah man zwar verschwitzte und erschöpfte aber in erster Linie, hochzufriedene, begeisterte Sportler.

Das besondere Interesse der meisten Teilnehmer galt den Spezialtechniken, die Marius teilweise mit den Teilnehmern entwickelte. Die eigenen Stärken, umgesetzt in einen Bewegungsablauf und schon konnte man mehr als vorher.

Mit mehreren neuen Techniken ausgestattet ging es weiter zur Selbstverteidigung wo uns Marcel bereits erwartete. Der Mensch fällt nicht gerne, und wir haben alle schon mal Falltechniken geübt, aber nach der Fallschule und der anschließenden Selbstverteidigung war die Einheit viel zu schnell zu Ende.

Wie man dann die Motivation und Leistungsbereitschaft steigern konnte zeigte uns dann Jürgen, und alle, die dachten ihr persönliche Grenze sei erreicht setzten noch einen drauf und gingen auch die letzte Einheit so mit, als hätte der Lehrgang gerade erst begonnen.

Jeder Referent war eine Klasse für sich und wir werden versuchen Einzeltermine, für Sonderlehrgänge abzustimmen.

Vielen Dank an die Eltern und die „Organisationshelfer“ die mit Kuchen, Würstchen und Getränken für Verpflegung und einen reibungslosen Ablauf gesorgt haben.

Wolfgang Reinsch