

Taekwon-Do Jahresrückblick 2002

2. Kup Prüfung am 15.12. in Bad Essen

2. Kup Prüfung am 15.12. in Bad Essen

Wieder einmal war es soweit und das Wort "Prüfung" machte die Runde. Das heißt immer noch mehr schwitzen, und noch mehr anstrengen als normalerweise schon. Aber das Ergebnis kann sich jedes Mal wieder sehen lassen.

Der Prüfer Frank Strasdat konnte am Ende der Prüfung allen teilnehmenden Taekwondoin die Urkunde zum neuen Kup überreichen.

Herzlichen Glückwunsch.
Macht weiter so!

Positiver Abschluss der Saison: Niedersachsenmeisterschaft am 30.11. in Asendorf

Positiver Abschluss der Saison: Niedersachsenmeisterschaften am 30.11. in Asendorf

"Mein Ziel ist Platz 2 auf den Niedersachsenmeisterschaften..."
Leider blieb nur wenig Zeit um mich auf dieses Highlight vorzubereiten. Trotzdem habe ich mich nicht von meinem Ziel abbringen lassen. Nachdem schon das 3. Qualifikationsturnier in die Zeit meiner Zwangspause fiel, habe ich mich in "Wochenendarbeit" auf die Meisterschaften vorbereitet. Trotz der wenigen Trainingszeiten, die ich zur Verfügung hatte, konnte ich mit dem 2. Platz doch ein sehr gutes Ergebnis herausarbeiten, was mich positiv ins neue Jahr blicken lässt.
In dem Sinne auf die neue Saison!

[Kai Gausmann, Vize-Niedersachsenmeister]

Qualifiziert für die Niedersachsenmeisterschaften war auch Lars Dittmann, der jedoch verletzungsbedingt schon vorzeitig aus dem Turnier ausscheiden musste.



1. Kup Prüfung am 05.06. in Bad Essen

1. Kup Prüfung am 5.06. in Bad Essen

Alle 24 Sportler bestehen die Prüfung

2. Jugend-/Seniorenturnier am 25.05. in Gehrden

2. Jugend- / Seniorenturnier am 25. 05. in Gehrden

Auch auf dem 2. Qualifikationsturnier konnte sich Kai Gausmann wieder in den Top 3 platzieren und weitere Punkte für die Niedersachsenmeisterschaften im Herbst sichern. Auch bei diesem Turnier lag die Spitze wieder sehr dicht beieinander und jedes Zehntel war für die Entscheidung wichtig. Jedoch hat dieses Turnier auch gezeigt, dass sowohl in Vorbereitung auf die "Internationalen Niedersachsen Meisterschaften" als auch auf die "Niedersachsen Meisterschaften" noch eine Menge Training aussteht.



2. Schülerturnier am 11.05. in Weetzen

2. Schülerturnier am 11. 05. in Weetzen

- 2. Platz Wettkampf: Jennifer-Jacqueline Lange
- 2. Platz Wettkampf: Janine Broschwig
- 3. Platz Wettkampf: Lars Dittmann

Bundesdanprüfung 2002

Bundes Dan Prüfung am 20.04. in Chemnitz

Dieses Mal trieb es 12 Taekwondoin nach Chemnitz, um sich der Prüfung zum 4./5./6. Dan zu stellen.

Das Ergebnis lässt sich sehen: 9 von 12 haben es geschafft. Unter anderem auch Frank Strasdat, der nach einer gelungenen Prüfung den 4. Dan erlangte. **Frank Strasdat ist Mitbegründer der Abteilung Taekwondo beim VfL Lintorf** und wurde bei dieser Prüfung auch von einem Taekwondoin aus Lintorf unterstützt. Außerdem waren NTU Spitzensportler vertreten, die eine hochkarätige Prüfung versprochen...



Auf der Bundesdanprüfung am 20. April in Chemnitz trat eine **hochkarätige Gruppe von Taekwondosportlern aus ganz Deutschland** an, um die Prüfungen zum 5./6. und zum letzten Mal auf Bundesebene zum 4. Dan abzulegen. Von 12 Prüflingen erreichten 9 das Prüfungsziel und konnten am Ende der Prüfung die Urkunde zum jeweils nächsten Dangrad entgegen nehmen. Auf dem Foto ist Frank Strasdat mit seinem Team zu sehen, das ihn bei seinem Prüfungsprogramm unterstützte.



Je nach Graduierung mussten die Prüflinge entsprechende Übungen absolvieren, die im Kern dieselben Bestandteile haben, sich jedoch im technischen Anspruch von einander unterscheiden. Die verschiedenen Disziplinen, die von den Taekwondoin absolviert werden müssen, sind Überprüfungsform, Prüfungsform, Form in Anwendung (mit Partnern), Form mit Bruchtest, Ein-/Zweischrittkampf, Selbstverteidigung und Spezialbruchtest.

	Vor allem im Bereich Selbstverteidigung gibt es immer eine sehr große Vielfalt zu beobachten die nicht immer dem entspricht, was man eigentlich unter Selbstverteidigung versteht. Deshalb ist dieser Teil für das Publikum oft besonders ansprechend, wenn "Stunts", Saltos und spektakuläre Aktionen gezeigt werden, die aber leider dann weniger mit der Realität auf der Straße zu tun haben.
	Das Highlight dieser wie wohl jeder Prüfung ist dann aber der Bruchtest, der den Rahmen jeder Prüfung schließt. Hierbei beweisen die Sportler die Durchschlagkraft ihrer Techniken auf den unterschiedlichsten Materialien.
	Auch dieses Mal waren wieder sehr ausgefallene und originelle Bruchtests dabei. Zum Beispiel "Bruchtest mit verbundenen Augen", "540° Pandae Dollyo Chagi", "gesprungener 3-fach Ap Chagi", "Gawi Chagi mit Dollyo Chagi gesprungen"...
	Insgesamt fand diese Prüfung auf einem sehr hohen Niveau statt, da einige Spitzensportler aus Niedersachsen bzw. Deutschland vertreten waren. Aber es war eine faire Prüfung für alle, auch für jene, die durch die Startreihenfolge genau in das "Kreuzfeuer" der Spitzenathleten gerieten. Aus Niedersachsen bestanden alle 4 teilnehmenden Sportler: Hado Yun (Landestrainer Formen), Isabell Brockmann (Poomsae Kader), Carsten Runge und Frank Strasdat (NTU Prüfer). An dieser Stelle noch einmal allen einen Herzlichen Glückwunsch!!!

Budo Lehrgang 2002 in Weetzen

Budo Lehrgang am 23.03. in Weetzen

Am 23. März fand in Weetzen ein Budo Lehrgang statt, der für Kampfsportler aller Gattungen offen war. Auf diesem Lehrgang sollten drei Themen im Mittelpunkt stehen: Thai-/Kickboxen (Basics), Selbstverteidigung gegen Messer und Stresssituationstraining. Es gab einen Rundumschlag der viel Abwechslung mit sich brachte und alle begeisterte. Ein zweiter Lehrgang dieser Art steht schon in Aussicht...



Am 23. März 2002 fand in Weetzen ein Budo Lehrgang statt, der offen für Kampfsportler aller Gattungen und auch Anfänger war. Themen dieses Lehrganges waren das **Thai-/Kickboxen, Selbstverteidigung sowie Stresssituationstraining.**



Der erste Teil des Lehrganges wurde von **Marcel Lindert (1.Dan Thai-/Kickboxen)** vorgetragen, der die gemischte Gruppe in die Grundlagen des Thai-/Kickboxen einführte. Daran schloss sich das Training mit Partner an, wobei unter anderem an Pratzen richtig Schweiß gemacht wurde. An den Schlagpolstern konnte man jetzt schon einmal die Effektivität und seine eigene Ausdauer austesten.



Der zweite Teil des Lehrganges enthielt Elemente aus dem Bereich **Selbstverteidigung gegen Waffen (Messer)** und wurde von **Karl Karberg (5. Dan Ji Jitsu)** vorgestellt. Hier wurden die unterschiedlichen Angriffsrichtungen mit kurzen und aggressiven Kontern behandelt. Egal aus welcher Richtung der Angreifer mit dem Messer kommt, ob Schnitt oder Stich, das Prinzip blieb immer das gleiche. Harter Konter um den Gegner gefechtsunfähig zu machen.

	Im letzten Teil des Lehrganges, der leider etwas zu kurz kam, da jeder Referent allein aus seinem Fachgebiet schon einen extra Lehrgang hätte füllen können, war das Stresssituationstraining. Jetzt konnte jeder seine zuvor erlernten oder auch schon aus bisherigem Training mitgebrachten Techniken einmal direkt am Mann ausprobieren. Der F.I.S.T - Spezialanzug, den einer der Referenten sich anzog, diente als Schutz gegen die kraftvollen Techniken der Kampfsportler. So konnte jeder einmal 30 sek. lang unter Volldampf mit Vollkontakt (auch zum Kopf!) alles Erlernte umsetzen.
	Dabei musste der F.I.S.T - Anzug (wie auch sein Träger :D) die gesamte Wucht der Kampftechniken abfangen. Zum Schluss waren alle sehr zufrieden und konnten mit neuen Erfahrungen den Heimweg antreten. Der Lehrgang ist so gut angekommen, dass schon ein zweiter dieser Art für das zweite Halbjahr in Aussicht steht.

1. Jugend-/Seniorenturnier am 02.03. in Damme

<u>1. Jugend- / Seniorenturnier am 2.03 in Damme</u> Überraschend konnte sich Kai Gausmann auf dem 1. Platz Formen in der Klasse "Herren A" wieder finden. Das Turnier wurde in Damme ausgetragen und stellte für den VfL Sportler ein "Heimspiel" dar. In der wie immer stark besetzten Klasse konnte die Entscheidung erst nach einem Stechen getroffen werden. Es war das zweite Mal, dass sich Kai Gausmann über ein Stechen platzieren und Punkte für die Niedersachsenmeisterschaften sichern konnte. Auch die Partnervereine TUS Bramsche und SV Gifhorn traten mit einigen Medaillen zufrieden den Heimweg an.	
--	--

1. NTU Schülerturnier 2002 in Bruchhausen/Vilsen

1. NTU Schülerturnier am 16.02. in Bruchhausen

Das erste Qualifikationsturnier im Jahr 2002 im Bereich Schüler fand beim TSV Asendorf statt. Dieses mal konnten sich drei Sportler des VfL Lintorf platzieren:

Lars Dittmann, der sich in diesem Jahr in einer neuen Gewichtsklasse behaupten muss, konnte im Finale einen klaren Sieg daheim tragen, den er mit 3:1 Punkten errang und somit den ersten Platz belegen und Punkte zur Qualifikation zu den Niedersachsenmeisterschaften im November sammeln.

Janine Broschwig musste sich im Finale leider knapp geschlagen geben und belegte den 2. Platz.

Erfreulich war auch der 1. Platz von Jennifer Langer, die sich zum ersten Mal auf die Matte begab.



Den Schülern des VfL Lintorf gelang mal wieder ein sehr guter Start in die Saison 2002, welche durch das 1. NTU Schülerturnier eingeleitet wurde. Für eine Kämpferin bedeutete der Saisonauftakt gleichzeitig den Wettkampfauftritt überhaupt. Jennifer-Jacqueline Langer konnte in ihrem ersten Turnier überhaupt mit einer guten Leistung den ersten Platz erkämpfen.



Auch für die anderen beiden (Lars Dittmann, Janine Broschwig) lief alles wie geschmiert. Für die Betreuung war Klaus Dittmann zuständig, der sich einerseits um das Organisatorische aber auch um die Vorbereitung und die Motivation der Kämpfer kümmerte.



Die Bilanz:

2x 1. Platz (Jennifer-Jacqueline Langer, Lars
Dittmann)
1x 2. Platz (Janine Broschwig)



Taekwon-Do Rückblick 2002

16.02.02 1.Schülerturnier Kampf in Asendorf

Jennifer - Jaqline Langer 1.Platz
Lars Dittmann 1.Platz
Jannine Broschwig 2.Platz

02.03.02 1.Jug/Sen - Turnier Poomse in Damme

Kai Gausmann 1.Platz

11.05.02 2.Schülerturnier Kampf in Weetzen

Jennifer - Jaqline Langer 2.Platz
Lars Dittmann 3.Platz
Jannine Broschwig 2.Platz

25.05.02 2.Jug/Sen - Turnier in Leveste

Kai Gausmann 2.Platz

05.06.02 1. Kup - Prüfung 2002

24 Teilnehmer alle Sportler bestanden
Prüfer: Frank Strasdat aus Gifhorn

22.09.02 Breitensportlehrgang in Helmstedt

28.09.02 Selbstverteidigungslehrgang in Damme

8 Teilnehmer

02.11.02 Selbstverteidigungslehrgang in Damme

6 Teilnehmer

30.11.02 Niedersachsenmeisterschaft in Asendorf

Qualifiziert waren: Lars Dittmann (Kampf) Aus durch Verletzung

Kai Gausmann (Poomse) 2. Platz

15.12.02 2. Kup - Prüfung 2002

33 Teilnehmer alle Sportler bestanden
Prüfer: Frank Strasdat aus Gifhorn

Bad Essen 30.12.2002



TaeKwonDo

Jahresbericht 2002 Klaus Dittmann + Andreas Bischoff

Die TaeKwonDo-Abteilung setzt sich derzeit aus 71 aktiven SportlerInnen zusammen. Ein- und Austritte halten sich im Vergleich zum Vorjahr die Waage.

Zu den erfolgreichsten Turnierteilnahmen im abgelaufenen Jahr 2002 gehörten:

- am 16.02.02: 1. Schülerturnier-Kampf in Asendorf
 - Jennifer-Jacqueline Langer 1. Platz
 - Lars Dittmann 1. Platz
 - Janine Broschwig 2. Platz
- am 11.05.02: 2. Schülerturnier-Kampf in Weetzen
 - Jennifer-Jacqueline Langer 2. Platz
 - Janine Broschwig 2. Platz
 - Lars Dittmann 3. Platz
- am 02.03.02: 1. Jugend/Seniorenturnier Poomse in Damme
 - Kai Gausmann 1. Platz
- am 25.05.02: 2. Jugend/Seniorenturnier Poomse in Leveste
 - Kai Gausmann 2. Platz
- am 30.11.02: Niedersachsenmeisterschaft in Asendorf

von den beiden für den VfL Lintorf qualifizierten Sportlern belegte Kai Gausmann im Bereich Formen/Poomse den 2. Platz.
Lars Dittmann im Bereich Kampf schied leider verletzungsbedingt vorzeitig aus dem Turnier aus

Bei der Kup-Prüfung am 05.06.02 haben alle 24 gemeldeten Sportler des VfL Lintorf bestanden.

Bei der Kup-Prüfung am 15.12.02 haben wiederum alle 33 gemeldeten Teilnehmer des VfL Lintorf die nächst höhere Gürtelgraduierung erreicht.

Verantwortlicher Prüfer der Deutschen TaeKwonDo-Union war an beiden Terminen Frank Strasdat aus Gifhorn.

Neben weiteren TaeKwonDo-spezifischen Lehrgängen nahmen jeweils bis zu 10 SportlerInnen am Breitensportlehrgang am 22.09.02 in Helmstedt, sowie an den beiden Selbstverteidigungslehrgängen in Damme am 28.09.02 und am 02.11.02 teil.

Unsere Trainingszeiten:

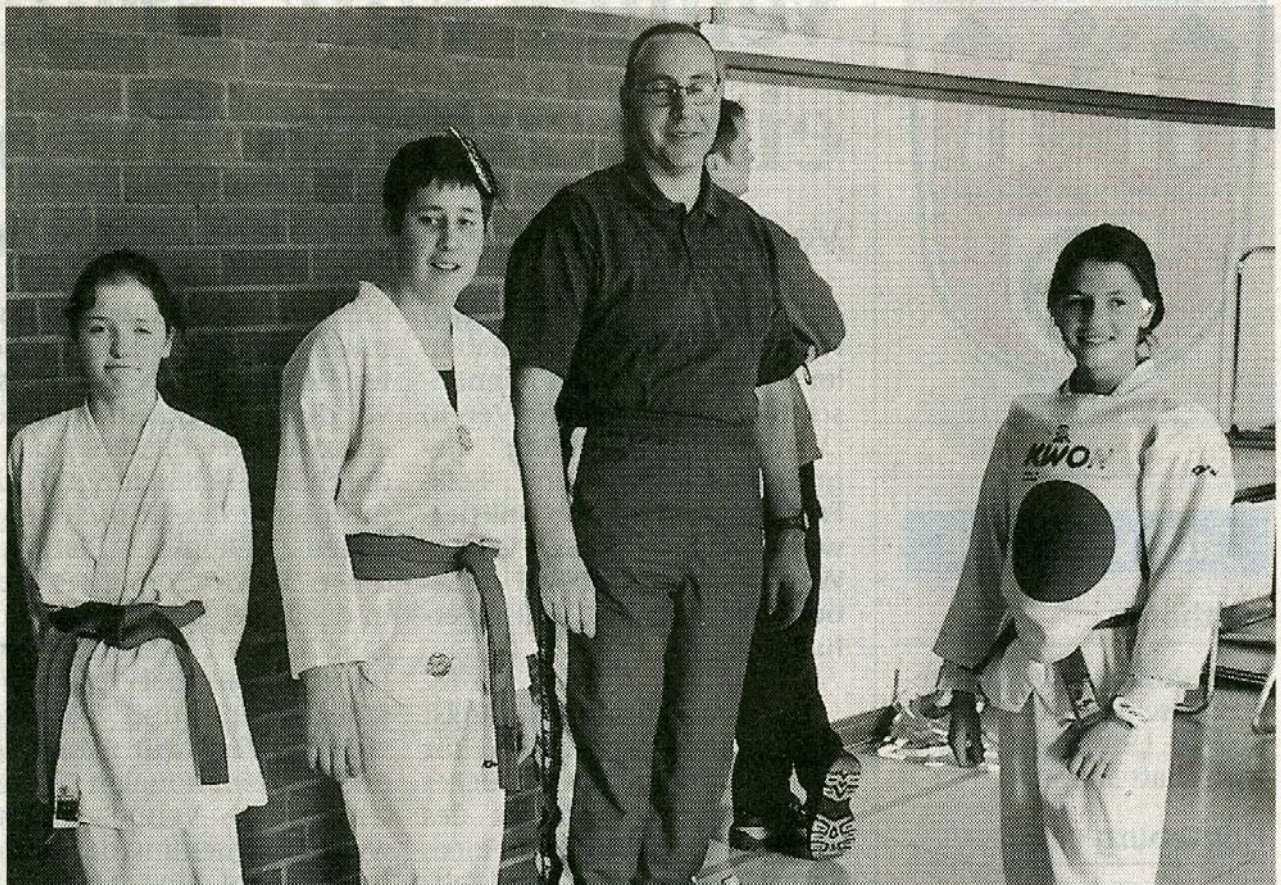
Erwachsene	Montag 18.30 bis 20.00 Uhr	und	Mittwoch	19.00 bis 20.00 Uhr
Kinder	Mittwoch 18.00 bis 20.00 Uhr			
nur Fortgeschrittene	Mittwoch 20.00 bis 20.30 Uhr	und	Donnerstag	19.00 bis 20.00 Uhr

ausser Sommer- und Weihnachtsferien Ndsn. in der Sporthalle der Haupt- und Realschule Bad Essen

TaeKwonDo im Internet: www.vfltkd.de

Wittlager Kreisblatt

Februar 2002



VfL-Kampfsportler starteten in neue Saison

Die Taekwondo-Kämpfer des VfL Lintorf starteten gut in die neue Wettkampfsaison. Beim NTU-Schülerturnier war besonders das Abschneiden von Jennifer-Jacqueline Langer erfreulich, die in der Klasse bis

40 Kilogramm bei ihrem ersten Qualifikationsturnier gleich den 1. Platz belegte. Lars Dittmann schaffte in seiner Gewichtsklasse nach einem spannenden Kampf ebenfalls Platz 1. Janine Bro-

schwig musste sich nur im Finale ihrer Gegnerin beugen und belegte einen guten 2. Rang. Unser Bild zeigt das VfL-Trio zusammen mit Trainer Klaus Dittmann.

Feb. 2002

Foto: privat