

## Taekwon-Do Jahresrückblick 2003

### 8. Platz auf IDM für Kai Gausmann

#### 8. Platz auf IDM für Kai Gausmann

Am 8. November fanden in Wuppertal die Int. Deutschen Meisterschaften Technik statt, für die sich auch Kai Gausmann qualifiziert hatte.

Am späten Freitagnachmittag stieg die Osnabrücker Delegation (**Karl-Heinz Oventrop, Werner Unland, Christian Senft und Kai Gausmann**) dem Bus der von der NTU gechartert worden war zu.

Um kurz nach 19:00 Uhr traf der Bus dann auch schon in Wuppertal ein, die Sportler bezogen ihre Hotelzimmer und wurden anschließend noch zur Registratur gefahren. Auf dem Abendprogramm standen noch Essengehen und für den Kader eine kleine "Bügel-session" damit die neugelieferten Anzüge auch knitterfrei präsentiert werden konnten.

Am nächsten Morgen begann mit dem Frühstück um 7:00 Uhr ein langer Wettkampftag, der nach den Siegerehrungen gegen 22:00 Uhr ein Ende fand.

Die Bilanz lässt sich blicken:

Zum ersten Mal in der NTU Geschichte gelang es, in der Länderwertung den zweiten Platz zu belegen, da die ersten beiden Plätze bisher immer von den teilnehmerstarken NWTU und BTU Verbänden belegt wurden. Zudem erreichte Kai Gausmann bei seiner ersten Teilnahme an den Int. Deutschen Meisterschaften einen beachtlichen 8. Platz in der Gruppe der "Herren A" und wurde vom Landestrainer Technik Hado Yun zum Kadertraining der kommenden Saison eingeladen.



### 3. Qualifikationsturnier Schüler Kampf (Jugend-Senioren Poomsae)

#### 3. Qualifikationsturnier Schüler Kampf (Jugend-Senioren Poomsae)

3 Sportler des VfL Lintorf starteten am 3. November auf dem Schülerturnier in Gehrden in der Disziplin Kampf. Lena, Jan und Domenic waren gut vorbereitet und konnten jetzt austesten, wie sie sich auf der Kampffläche durchsetzen können.

**Lena (3. Platz)** bekam in ihrem zweiten Turnier gleich einen ziemlich harten Brocken aus dem NTU Kader vorgesetzt. So musste dieser Kampf leider in der zweiten Runde durch Überlegenheit abgebrochen werden. Lena zeigte aber Kampfgeist und hielt bis zum Schluss durch. Das wird sich für sie auf jeden Fall als Erfahrung für die kommenden Turniere auszahlen.

**Jan (2. Platz)** machte mit diesem Turnier seine erste Wettkampferfahrung und erwischte sofort einen Finalkampf. Nach einer zurückhaltenden ersten Runde legte er in den beiden folgenden Runden deutlich zu, jedoch war der Punkteabstand nach der ersten Runde schon zu groß, um das Ergebnis noch ins Gegenteil verkehren zu können. In seinem ersten Kampf zeigte er aber Durchhalte- und Durchsetzungsvermögen, und wir werden daran arbeiten, dass er das nächste Mal den Kampf von vornherein aktiv gestaltet.

**Domenic (2. Platz)** startete im Halbfinale und konnte den Kampf klar zu seinen Gunsten entscheiden. Den zweiten Kampf jedoch ging er mit zuviel Übermut aus dem Halbfinale an und musste hier deutlich mehr leisten. Allerdings stand auch hier das Ergebnis nach der ersten Runde fest, da sich sein Gegner einen deutlichen Punktevorsprung verschaffen konnte.

Alles in allem eine gute aber ausbaufähige Leistung der Lintorfer Sportler, an die Coach Joachim Pletschmüllers im Heimtraining anknüpfen wird.



## Breitensportlehrgang 2003 in Helmstedt

### **BFV Breitensportlehrgang vom 27. - 28.09.**

Die Referenten waren Frank Strasdat (4. Dan TKD), Christof Hallensleben (1. Dan TKD) und Marc Lepper (1. Dan Ju Jutsu).

Einige Bilder und Impressionen haben wir für euch in einer kleinen **Bildergalerie** zusammengestellt.



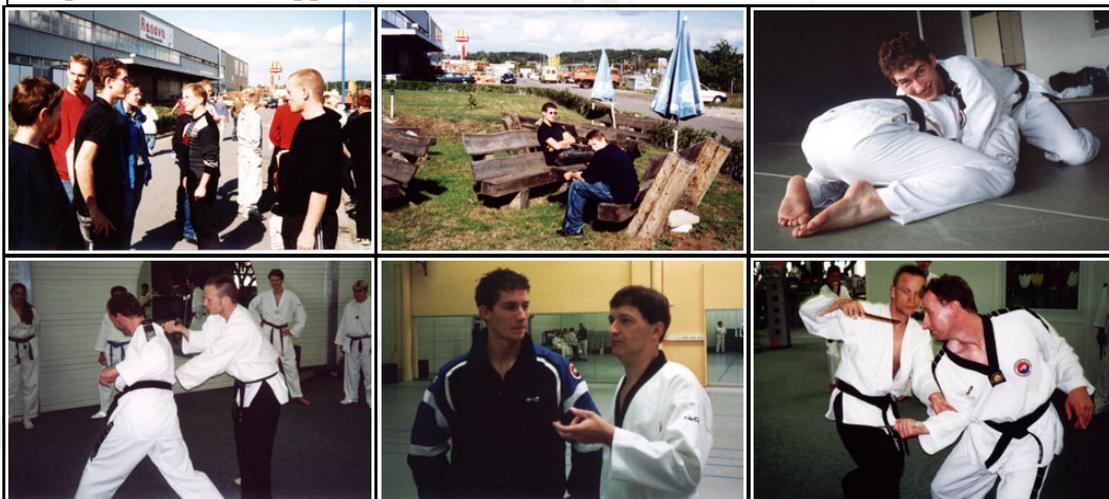
Zwei Tage Taekwondo standen auf dem Programm.

Dafür waren wir drei (Nils, Klaus, Kai) in Helmstedt angereist, um uns zusammen mit anderen Sportlern vor allem in Sachen Hosinsul/Selbstverteidigung von Marc Lepper und Christof Hallensleben einige neue Techniken zeigen zu lassen.

Frank Strasdat übernahm den Part des Dreischrittkampfes, wobei er besonderen Wert auf die grundlegenden Dinge wie Stände, Abstand und Grundtechniken legte, da hier doch teilweise erhebliche Differenzen des Kenntnisstandes der Ausführung von Grundtechniken zu Tage kommen.

Wie schon in den letzten Jahren fand der Lehrgang in den Räumen des Fitness Centers "Deine Freizeit" statt. Wir kamen somit in den Genuss, neben dem normalen Fitnessbetrieb, das Sportcenter zwei Tage lang (fast) für uns allein zu haben. Nachdem die Pforten für die Öffentlichkeit geschlossen waren, konnten wir uns frei an den Geräten betätigen, die Sauna nutzen, das Erlernte vertiefen oder einer gemütlichen Unterhaltung in illustrierter Runde fröhnen.

Ein paar kleine Schnappschüsse findet ihr unten





## SV Lehrgang in Gifhorn

### *Selbstverteidigungslehrgang am 31.08. in Gifhorn*

Die Referenten waren Christof Hallensleben (1. Dan TKD) und Marc Lepper (1. Dan Ju Jutsu).

Einige Bilder und Impressionen haben wir für euch in einer kleinen **Bildergalerie** zusammengestellt.





## **Erfolge auf dem 20. Stör Turnier am 20.09. in Brokdorf**

### **Erfolge auf dem 20. Stör Turnier am 20.09. in Brokdorf**

"Die kurzfristige Nachmeldung für das Bundesranglistenturnier in Brokdorf hat sich sichtlich gelohnt.

Der Turniertag begann um 3:30 Uhr MEZ. Um rechtzeitig zur Registratur um 8:30 im schleswig-holsteinischen Brokdorf anzukommen hieß es dieses mal besonders früh aufstehen. Aber mit etwa 3 Stunden war die Anfahrt auch nur halb so schlimm gewesen wie befürchtet. Das frühe Aufstehen sollte sich jedoch auszahlen.

Mit einem guten dritten Platz konnte ich mir noch einmal Punkte für die Int. Deutschen Meisterschaften im November sichern.

Insgesamt war die Fahrgemeinschaft bestehend aus Werner Unland (1. Platz; Herren C), Karl-Heinz Oventrop (2. Platz; Herren C) und Kai Gausmann (3. Platz; Herren A) sehr erfolgreich, was für eine heitere Stimmung auf der Rückfahrt sorgte. So ließen sich auch die knapp anderthalb Stunden Stau gut überwinden."

[Kai Gausmann]

## **Und noch ein neuer Dan-Träger!**

### **Und noch ein neuer Dan-Träger!**

Auch Andreas Bischoff reiht sich in die Riege der nunmehr 5 Dan-Träger im VfL Lintorf ein.

Damit steht dem Verein mittlerweile eine Vielzahl qualifizierter Sportler zur Verfügung, mit denen wir das Training nach den Ferien mit einem neuen Konzept gestalten werden.

Einiges ändert sich, vieles bleibt wie gehabt.



## 1. Kup Prüfung am 03.07. in Bad Essen

### 1. Kup Prüfung am 3.07. in Bad Essen

Die erste Kup Prüfung in diesem Jahr nahm Frank Strasdat ab. 25 Teilnehmer stellten sich der Prüfung zur nächst höheren Gurtfarbe. Alle bestanden die Prüfung und konnten am Ende ihre Urkunde in Empfang nehmen. Besonders lobte der Prüfer die Leistungen von Udo Scholz, der bei dieser Prüfung einigen jungen Sportlern in Sachen Ehrgeiz und Durchhaltevermögen weit voraus war.

Herzlichen Glückwunsch allen Taekwondo Sportlern!



## 1. Danprüfung am 14.06. in Georgsmarienhütte

### 1. Danprüfung am 14.06. in Georgsmarienhütte

Am Samstag, den 14.06.2003 fand in Georgsmarienhütte die erste Landesdanprüfung im Jahr 2003 statt, an der auch Klaus Ribbe zur Graduierung zum 1. Dan teilnahm.

Der VfL Sportler bestand am Nachmittag die etwa einstündige Prüfung zum 1. Meistergrad, nachdem er sich dieses Jahr intensiv auf das Highlight "Danprüfung" vorbereitet hatte. Insgesamt dauerte die Prüfung der sechs Gruppen etwa 6 Stunden, bis dann um 18:00 Uhr endlich die langerwartete Bekanntgabe der Sportler stattfand, die die Prüfung bestanden hatten.



## 2. Jugend-/Seniorenturnier am 24.05. in Bremen

### 2. Jugend- / Seniorenturnier am 24.05. in Bremen

1. Platz Wettkampf: Lars Dittmann
2. Platz Wettkampf: Jennifer Langer



## 2. Schülerturnier am 17.05. in Leveste

### 2. Schülerturnier am 17.05. in Leveste

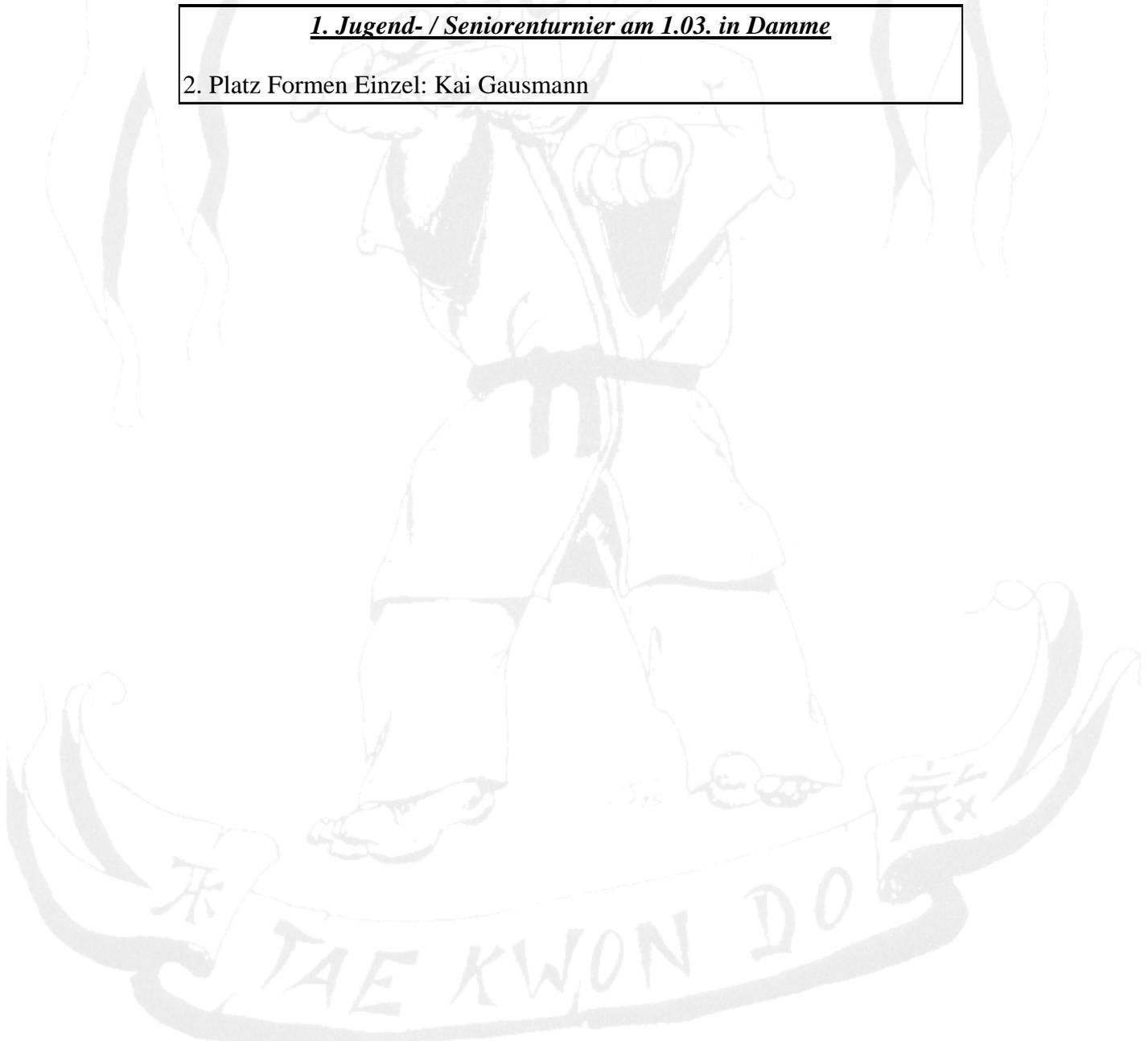
1. Platz Wettkampf: Domenic Chow
2. Platz Wettkampf Lena Friedrich



## 1. Jugend-/Seniorenturnier am 01.03. in Damme

### 1. Jugend- / Seniorenturnier am 1.03. in Damme

2. Platz Formen Einzel: Kai Gausmann



# Jahresrückblick - 2003

- 01.04.2003 1. Jugend/Senioren Turnier in Damme  
2. Platz Kai Gausmann im Formenbereich Herren A
- 17.05.2003 2. Schülerturnier in Leveste  
1. Platz Donenic Chow -33kg  
2. Platz Lena Friedrich - 50 kg
- 24.05.2003 2. Jugend/Senioren Turnier in Bremen  
1. Platz Lars Dittmann - 73 kg  
2. Platz Jennifer Langer - 50 kg
- 14.06.2003 Landes - DAN - Prüfung Gm.- Hütte  
Klaus Ribbe bestanden zum 1. DAN
- 03.07.2003 Kup - Prüfung 25 Teilnehmer alle bestanden zur nächsten Graduierung
- 08.03.2003 Damme 1 - Schrittkampf Lehrgang Teilnehmer 8 Sportler
- 06.09.2003 1. Offenes Kampfturnier Schüler, Jugend u. Senioren in Gehrden  
1. Platz Lars Dittmann - 78 kg  
1. Platz Dennis Gösling - 48 kg
- 13.09.2003 10. Internationale Niedersachsen Meisterschaft Poomse in Lehrte  
6. Platz Kai Gausmann Herren A von 20 Teilnehmern
- 20.09.2003 " Störturnier " Brokdorf ( Poomse )  
3. Platz Kai Gausmann Herren A
- 27.09. - 28.09.2003 Breitensportlehrgang in Helmstedt
- 01.11.2003 3. Schülerturnier Kampf in Gehrden  
2. Platz Lena Friedrich -50 Kg  
2. Platz Dominic Chow - 33 Kg  
3. Platz Jan Bretholt -40 kg
- 08.11.2003 Int. Deutsche Meisterschaft Poomse ( Formen ) in Wuppertal  
8. Platz von 20 Startern Kai Gausmann
- 29.11.2003 Niedersachsenmeisterschaft in Damme  
1. Platz Lars Dittmann Jug.B -73Kg ( Kampflos )  
4. Platz Dominic Chow Sch.B -33Kg  
4. Platz Kai Gausmann Herren A Poomse ( Formen )

Weitere Aktivitäten waren Trainerlehrgänge zur Fortbildung und Lizenzverlängerung

Weiterhin ist die konstante Leistung von Kai Gausmann im Wettkampf ( Formenbereich ) zu loben. Dieses ist auch dem Landestrainer Ha Do Yung aufgefallen, so das er Kai Gausmann zum Landeskadertraining eingeladen hat. So eine Berufung erhalten nur Sportler mit überdurchschnittlichen Leistungen.

Da auch Joachim Pletschmüllers zum Verein zurückgekehrt ist und sich wieder aktiv ins Training einbringt, stehen der Abteilung wieder fünf ausgebildete Trainer zur Verfügung.

Klaus Dittmann, Andreas Bischof, Klaus Ribbe, Kai Gausmann und Joachim Pletschmüllers.

# Turnier

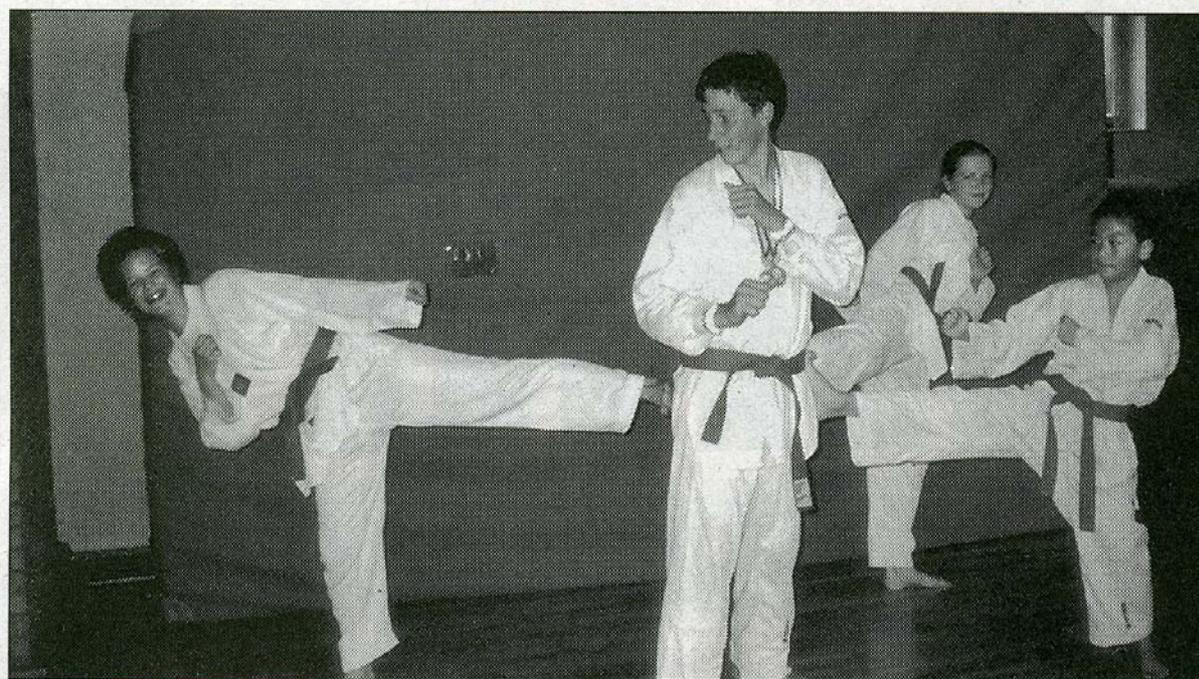
Mai 2003



# Wittlager Kreisblatt

August 2003

## Altkreis Wittlage



### Lintorfer Taekwondokas schlugen sich beachtlich

Schöne Erfolge stehen für die Sportler der Taekwondo-Abteilung des VfL Lintorf zu Buche. Beim 2. Schülerturnier im Bereich Wettkampf in Hannover/Empelde erkämpfte Lena Friedrich (bis 50 Kilo) den 2. Platz. Domenic Chow (bis 33

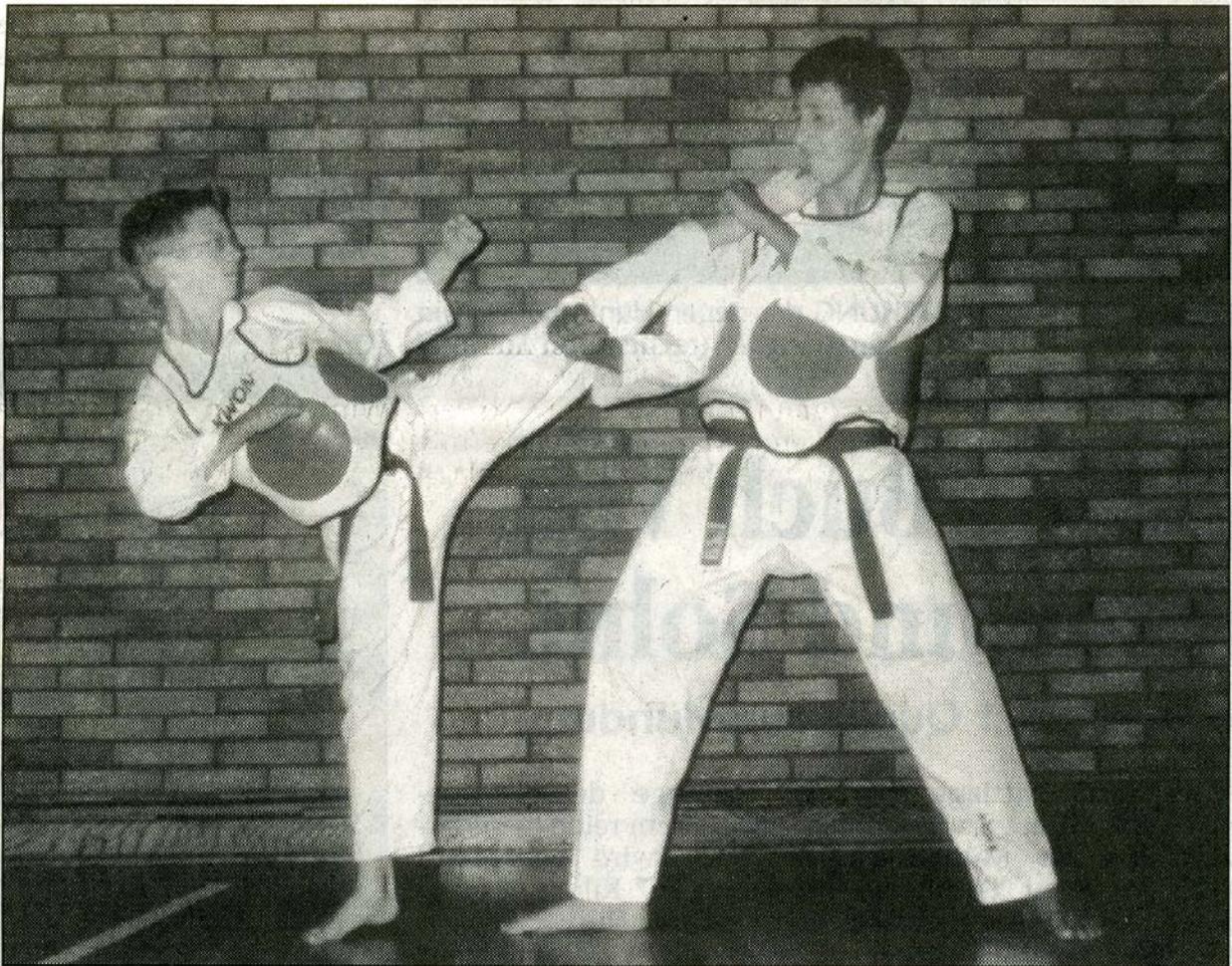
Kilo) erreichte ebenfalls das Finale, siegte dort und wurde somit Erster. Beim 2. Jugend- und Seniorenturnier in Bremen belegte Lars Dittmann (über 70 Kilo) den 1. Platz. Jennifer Langer traf im Finale auf die Landeskaderkämpferin

Ebru Ertas vom SV Soltau, musste nach guter erster Runde verletzungsbedingt aufgeben und wurde so Zweite. Das Foto zeigt (von links) Lena Friedrich, Lars Dittmann, Jennifer Langer und Domenic Chow.

19.08.03

# Wittlager Kreisblatt

Oktober 2003



## Punkte für die Niedersachsenmeisterschaft *OKT. 2003*

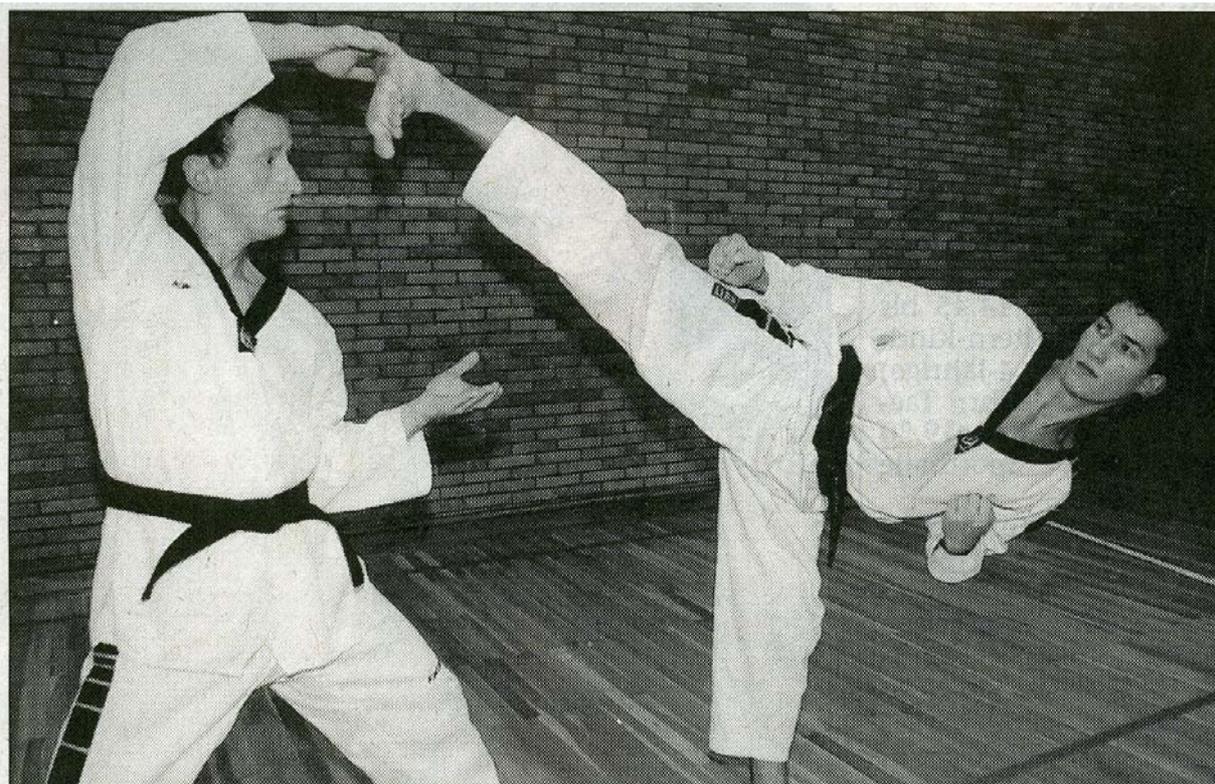
Beim offenen Ranglistenturnier der Niedersächsischen Taekwondo-Union im Bereich Kampf, das in Hannover stattfand, schnitten zwei Aktive der Taekwondo-Abteilung

des VfL Lintorf überaus erfolgreich ab. Dennis Gösling (Links) erkämpfte sich in der Klasse bis 48 Kilo ebenso den 1. Platz wie Lars Dittmann (rechts) in der Kategorie bis

78 Kilo. Beide Sportler sicherten sich damit wichtige Punkte für die Qualifikation zur Niedersachsenmeisterschaft, die im Dezember ausgetragen wird. Foto: privat

# Wittlager Kreisblatt

26. November 2003



## Taekwondo-Kämpfer des VfL Lintorf erfolgreich

26.11.2003

Die Taekwondo-Kampfsportler des VfL Lintorf konnten in diesem Jahr bereits auf eine Reihe von Erfolgen zurückblicken. Finalkämpfe, Siege und Platzierungen bei hochkarä-

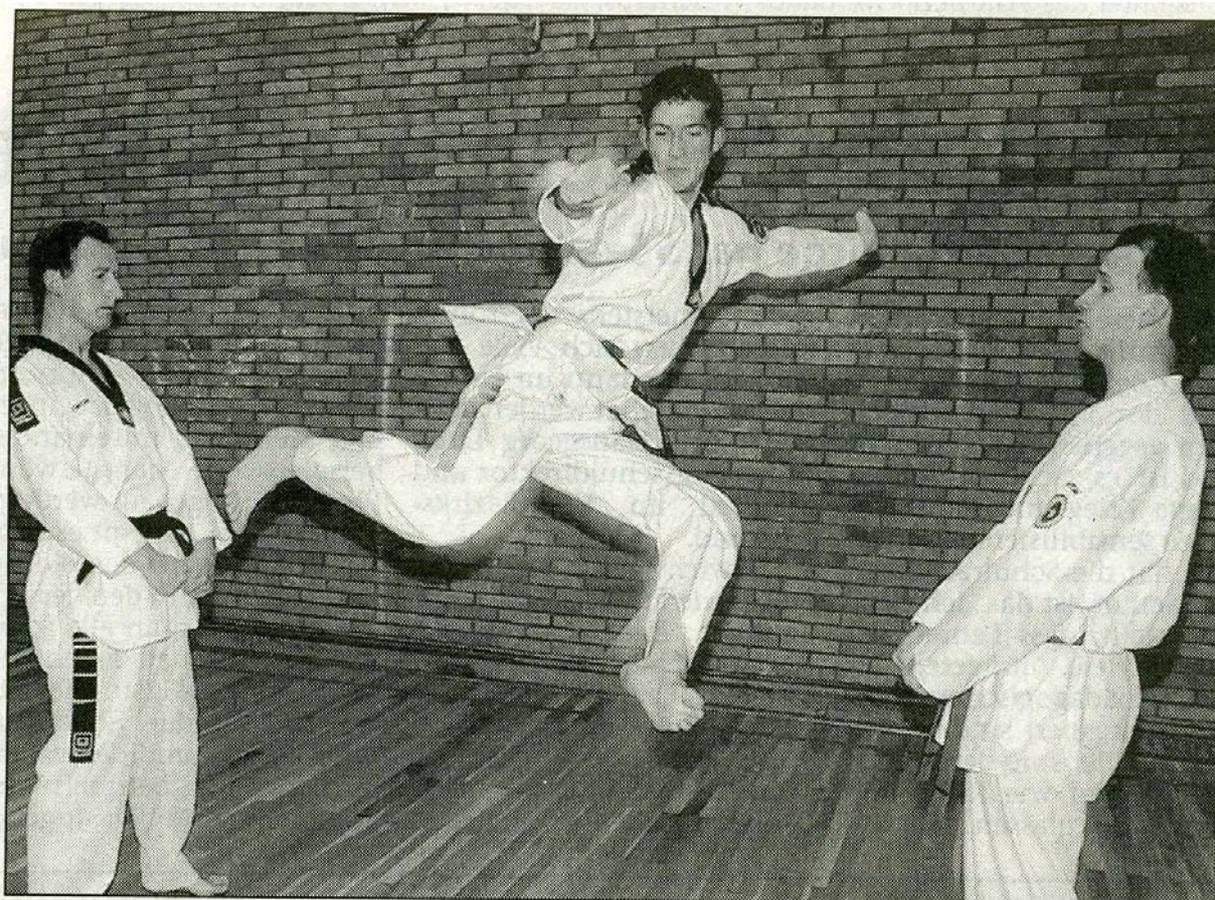
tig besetzten Turnieren belegen das. Einen großen persönlichen Erfolg konnte außerdem der VfLer Klaus Ribbe feiern, der nach einem Jahr intensiver Vorbereitung bei

der Landesdanprüfung in Georgsmarienhütte mit sehr guter Leistung die Prüfung zum 1. Dan (Meistergrad) erfolgreich ablegte.

Foto: Uhlenbrock

# Wittlager Kreisblatt

19. Dezember 2003



## Taekwondo: VfLer Kai Gausmann im Landeskader

Die Taekwondo-Abteilung des VfL Lintorf kann in diesem Jahr auf eine erfreuliche Reihe von Erfolgen und sehr gute Leistungen bei Wettkämpfen und Turnieren zurückblicken.

So war beispielsweise der heimische Kampfsportler Kai Gausmann (Mitte, 2. Dan) nicht nur bei den Deutschen Meisterschaften erfolgreich, sondern er wurde auch in den

Landeskader „Formen“ berufen. Eine schöne Auszeichnung für den VfL Lintorf und seinen Taekwondo-Kämpfer Kai Gausmann.

Foto: Uhlenbrock

19. 12. 2003