Taekwon-Do Jahresrückblick 2005

15. Januar 2005

Gemeinsames Wettkampftraining mit verschiedenen Vereinen aus dem Bezirk in Damme

5. Februar 2005

Gemeinsames Wettkampftraining mit verschiedenen Vereinen aus dem Bezirk in Diepholz

12. Februar 2005

1. Offenes Kampf-Turnier aller Klassen in Bremen:

2. Platz: Elisa Fehre (-59 kg)
3. Platz: Lena Friedrich (-51 kg)
2. Platz: Dominic Chow (-41 kg)
3. Platz: Lucas Brethold (-35 kg)
3. Platz: Lena Gerkepott (-51 kg)
2. Platz: Lars Dittmann (+78 kg)
3. Platz : Jennifer Langer (-55 kg)

19. März 2005

1. Poomse-Turnier aller Klassen in Bad Münder:

2. Platz: Jan Brethold; Klasse C m (knappe Entscheidung erst im Stechen)
3. Platz: Joachim Pletschmüllers: Klasse Sen B m
2. Platz: Joachim Pletschmüllers; Klasse He A (im Team mit Kai Gausmann u. Johannes S.)

6. April 2005

Beginn eines Schnupperkurses „ Taekwon-Do für Erwachsene", der an 6 Abenden stattfand. Es nahmen 17 Personen teil, von denen 4 anschließend auch dem VfL beitraten.

23. April 2005

2. Offenes Kampf-Turnier aller Klassen in Hermannsburg:

3. Platz: Birte Hansen (-51 kg)
2. Platz: Jennifer Langer (–52 kg)
3. Platz: Jan Brethold (–41 kg)
2. Platz: Lars Dittmann (+78 kg)

14. Mai 2005

Gemeinsames Poomse-Training mit verschiedenen Vereinen aus dem Bezirk in Bad Essen

11. Juni 2005

2. Poomse-Turnier aller Klassen in Damme:

1. Platz: Jan Brethold; KlasseC m

Elisa Fehre u. Lena Friedrich schafften es ebenfalls unter die besten 5 Sportlerinnen in ihrer Klasse; eine gute Leistung bei 15-20 Sportlern in den jeweiligen Leistungsklassen.

13. Juli 2005

1. Kup-Prüfung 2005:

Es nahmen 26 Sportler an der Prüfung teil und alle konnten die nächsthöhere Graduierung erreichen. Die Prüfung wurde vom Großmeister Werner Unland, 5. Dan Taekwon-Do, aus Bramsche abgenommen.

...

15. bis 18. Juli 2005

Trainingscamp auf der Nordseeinsel Borkum:
Es wurde viel geboten: gemeinsame Trainingseinheiten mit Sportlern des Sportvereins Borkum, Beachvolleyball, super Wetter mit Sonnenbrandgarantie, warmes Nordseewasser für echtes Badevergnügen und natürlich viel Spaß und gute Laune.

17. September 2005

Breitensportlehrgang in Damme:
Technik-Training mit Großmeister Oktay Cakir, 6. Dan Taekwon-Do, aus Hamburg.

9. Oktober 2005

Breitensportlehrgang in Osnabrück:
Selbstverteidigung mit Jan Springer, 3. Dan Taekwon-Do.

12. November 2005

Niedersachsenmeisterschaft Poomse in Stadthagen:

2. Platz: Elisa Fehre; Klasse Aw

Jan Brethold, Lena Friedrich und Joachim Pletschmüllers hatten sich zwar auch in ihren Klassen qualifiziert, schrammten aber knapp an den Medaillienrängen vorbei.

7. Dezember 2005

2. Kup-Prüfung 2005
Es stellten sich 32 Sportler der Prüfung. Unter den Augen von Prüfer Frank Kniephoff, 3. Dan Taekwon-Do, erreichten alle Sportler mit guten Leistungen die nächsthöhere Graduierung.

17. Dezember 2005

Kampfsporttreffen beim Taekwon-Do Verein Yin Yang Osnabrück
Hier fand die Taekwon-Do Vorführung unseres Demoteams unter der Leitung von Joachim Pletschmüllers großen Anklang und wurde mit viel Beifall bedacht.
Zum Team gehören: Lena Friedrich, Elisa Fehre, Birte Hansen, Jan Brethold, Swen Schlüter und natürlich Joachim Pletschmüllers.

Die Abteilung hatte auch in 2005 einen großen Zulauf beim Kindertraining.
Wir würden uns noch wünschen, dass sich im kommenden Jahr der Bereich bei den Jugendlichen und Erwachsenen noch etwas besser entwickelt.
Der Anfang ist mit unserem Schnupperkurs ja bereits gemacht.

Ein besonderer Dank gilt noch Lena Friedrich und Swen Schlüter!

Ohne Lena wäre das Kindertraining in den letzten Monaten nicht so reibungslos gelaufen.
Sie hat uns dabei immer sehr unterstützt.

Swen hat unsere Homepage wieder super neu gestaltet und pflegt diese auch weiterhin, so dass wir immer auf dem neuesten Stand sind. Wer Lust hat kann sich selbst davon überzeugen auf www.vfltkd.de

Wittlager Kreisblatt

Juli 2005

Schnuppern kam gut an

Erfolgreicher Anfängerkurs der Lintorfer Taekwondokas

Lintorf (eb) Einen achtteiligen Taekwondokurs absolvierten in der Turnhalle der Realschule Bad Essen 14 Teilnehmer. Die Altersspanne reichte dabei von 17 bis zu 46 Jahren.

Zu den Trainingsinhalten zählten unter anderem das allgemeine Konditionstraining, realistische Selbstverteidigung vor allem für die sieben Frauen, die Einführung in das traditionelle Taekwondo zur Gefahrenabwehr sowie mentales Training.

Jeder Trainingsabend verlief mit sehr viel Einsatz und Interesse der Teilnehmer, so dass die beiden Trainer, Klaus Dittmann und Joachim Pletschmüllers, zufrieden zurückblicken können. Die Idee hat Anklang gefunden. Erfreulich ist auch, dass sieben Teilnehmer gleich im Verein bleiben wollen.

Aufgrund der guten Resonanz und der starken Nachfrage wird im Herbst ein neuer Schnupperkurs angeboten. Wer aber jetzt schon Interesse hat, ist zum normalen Training eingeladen: Montag 18.30 bis 20 Uhr und Mittwoch 19 bis 20.30 Uhr in der Realschule Bad Essen Halle 3. In den Sommerferien findet allerdings kein Training statt.

Das Foto zeigt die Gruppe bis auf zwei Teilnehmer sowie die Trainer. Foto: privat

Juli 2005

Wittlager Kreisblatt

19. August 2005

Der Sonne hinterher ...

Lintorfer Taekwondo-Sportler Gast beim TuS Borkum

Lintorf eb
Das Motto des diesjährigen Trainingslagers der Lintorfer Taekwondo-Abteilung lautete: „Ab in den Norden, der Sonne hinterher ..." Als Ziel ausgewählt hatte man die Nordseeinsel Borkum. Durch vorhandene Kontakte aus dem Vorjahr wurden zehn auserwählte Sportler vom Borkumer Sportverein eingeladen.

Untergebracht wurden die Gäste aus dem Wittlager Land im vereinseigenen Sport- und Jugendheim. Beim ersten gemeinsamen Begrüßungstraining wurden schnell neue Freundschaften geschlossen. Sport verbindet eben.

Dann hieß die Frage: Wo ist der Strand? Mit Beachvolleyball, Drachensteigenlassen und vielem mehr ging der Vormittag schnell vorbei. Am Nachmittag gab es dann wieder zwei Trainingseinheiten. Es standen fünf verschiedene Referenten zur Auswahl, so dass jeder Teilnehmer auf seine Kosten kommen konnte.

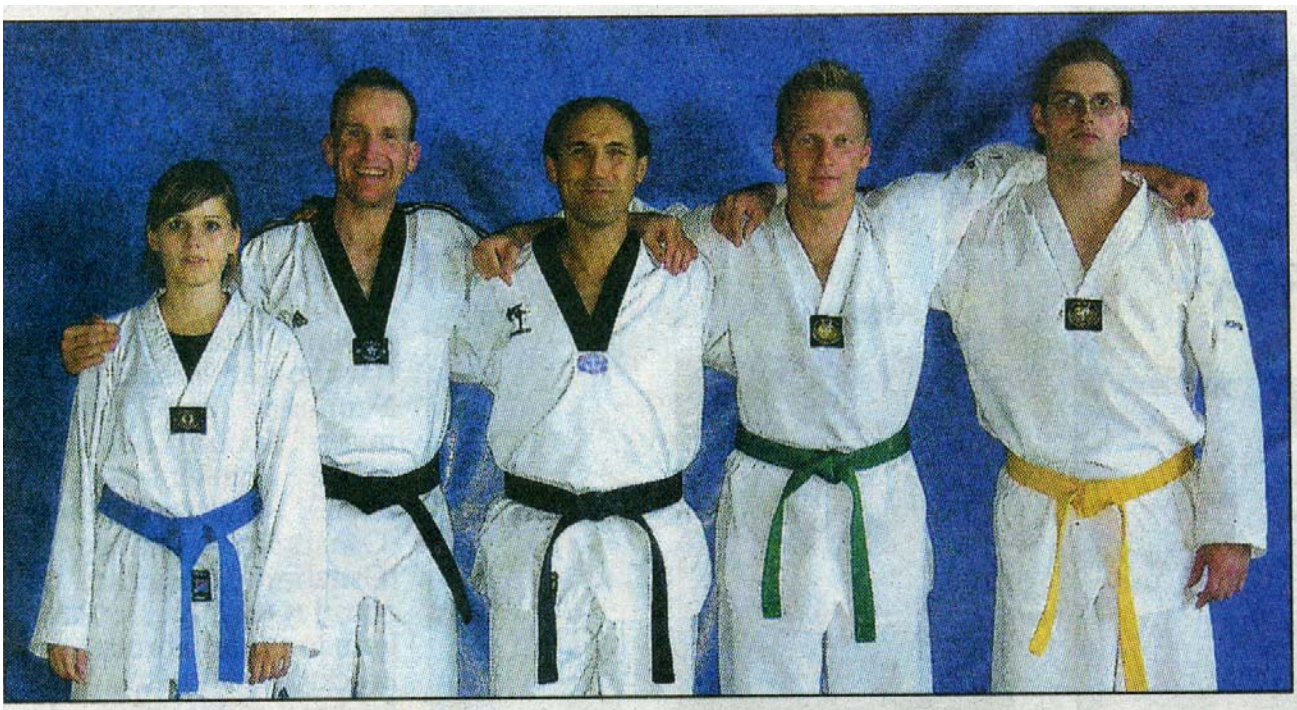
Am nächsten Tag erkundeten die Lintorfer dann der Rest der Insel. Auf dem Borkumer Stadtfest hieß es dann abends schon wieder, Abschied zu nehmen. Am Montag traten dann die Sportlerinnen und Sportler ihre Heimreise an. Im nächsten Jahr wird der VfL Lintorf seinerseits die Borkumer Sportler zum Gegenbesuch einladen.

AUF DER INSEL: die Lintorfer Taekwondo-Asse und der Borkumer Abteilungsleiter Klaus Lawitzke (Zweiter von links). Foto: privat

19.8.2005

Wittlager Kreisblatt

27. September 2005



Lintorfer Taekwondo-Asse absolvierten Lehrgang

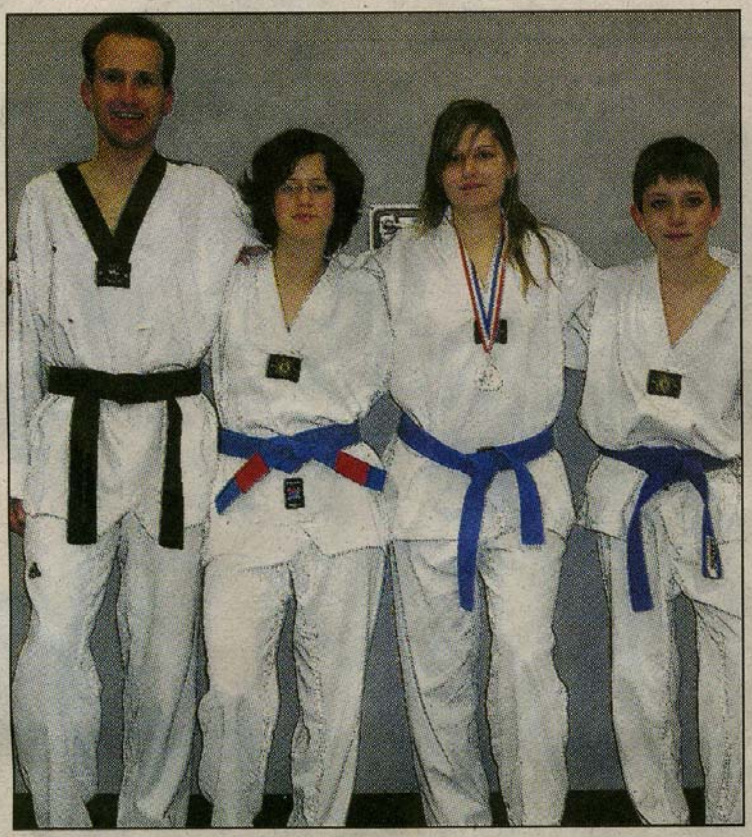
Der Dammer Taekwondo-Verein lud jetzt zu einem Breitensport-Lehrgang ein. Referent war Oktay Cakir aus Hamburg. Als Träger des 6. Dan handelte es sich bei ihm um einen Großmeister des Sports, der schon etliche nationale und internationale Titel eingefahren hat. Zu diesem Anlass fanden sich rund 50 Sportler aus ganz Niedersachsen und Hamburg ein. Selbst der große Altersunterschied der Teilnehmer von sieben bis 42 Jahren war kein Hindernis, um alle Sportler gemeinsam zu unterrichten. Insgesamt fünf Trainingseinheiten über jeweils eine Stunde standen auf dem Übungsprogramm. Im Bild die Lintorfer Teilnehmer und Oktay Cakir. Von links: Elisa Fehre, Joachim Pletschmüllers, Oktay Cakir, Swen Schlüter, Stefan Krebs

Foto: privat

Sept. 2005

Wittlager Kreisblatt

18. November 2005



Start bei Landesmeisterschaft

In Stadthagen fanden die Landesmeisterschaften der Taekwondokas statt. Auf diesem hochklassig besetzten Turnier starteten nur qualifizierte Sportler aus dem Bundesland. Für den Vfl-Lintorf wurden Jan Bretholt, Lena Friedrich, Elisa Fehre und Joachim Pletschmüllers nominiert. Ein langer Tag stand bevor, und die Nerven lagen blank. Die Anspannung war zu spüren. Da es sich um auserwählte Sportler handelte, waren die einzelnen Klassen teilweise nur mit vier bis zehn Teilnehmern besetzt. Die Lintorfer hielten beachtlich gut mit und mussten nur den Großvereinen Hannover, Stadthagen, Gifhorn den Vortritt lassen. So rutschten Jan, Lena und Joachim knapp an der Bronzemedallie vorbei. Elisa hingegen konnte die Silbermedallie mit nach Hause nehmen. Im Bild von links die Lintorfer Joachim Pletschmüllers, Lena Friedrich, Elisa Fehre und Jan Bretholt.

Foto: Dittmann

Wittlager Kreisblatt

19. Dezember 2005

DIE 32 PRÜFLINGE des Lintorfer Vereins mit Trainern und Großmeister Frank Kniephoff. Fotos: Dittmann

Gut gearbeitet in der Vorbereitung

Prüfung der Taekwondo-Sportler

Lintorf
Die Taekwondo-Sportler des VfL-Lintorf absolvierten jetzt ihre Winterprüfung. Die 32 Prüflinge darunter viele Kinder, komplette Familien, Jugendliche und Erwachsene, hatten sich die letzten Wochen intensiv auf dieses Highlight vorbereitet.

Als Prüfer konnte Großmeister Frank Kniephoff aus Melle gewonnen werden. Zuerst wurden die 20 Kinder im Alter von sechs bis 13 Jahren geprüft. Nach der anfänglichen Nervosität zeigten alle Kinder eine super Leistung und haben somit die nächste Stufe im Taekwondo erreicht. Im Anschluss daran wurden dann noch die anderen Teilnehmer auf die Probe gestellt. Hier machte sich die gute Vorbereitung durch die Trainer bezahlt. Denn zu später Stunde bescheinigte der Prüfer auch dieser Gruppe eine Topleistung, so dass alle Sportler des Vereins die schweißtreibende Prüfung bestanden. Das Training der Taekwondo-Abteilung des VfL-Lintorf findet übrigens in der Sporthalle der Haupt- und Realschule Bad Essen an der Platanenallee statt. Trainingszeiten sind: montags von 18.30 bis 20 Uhr, mittwochs von 18 bis 20.30 Uhr sowie donnerstags von 18 bis 20 Uhr.

Weitere Informationen erhalten Interessierte sind im Internet unter www.vfltkde.

TAEKWONDO IST EIN Sport für die ganze Familie. Das beweisen die Schunkes.

Wittlager Kreisblatt

22. Dezember 2005

Lintorfer Taekwondo-Demoteam zu Gast in Osnabrück

Der Osnabrücker Taekwondo-Verein Yin Yang führte ein Kampfsporttreffen der besonderen Art durch. Es trafen sich Aktive der Kategorien Jiu-Jitsu, Allkampf, Judo und Taekwondo in der Sporthalle der Gesamtschule Schinkel, um ihren Sport zu demonstrieren. Den Anfang machte das Jiu-Jitsu-Team mit einem Workshop. Dann folgte der Auftritt des neu zusammengestellten Lintorfer Taekwondo-Demoteams, das das Publikum mit einer Musikperformance begeisterte. Anschließend folgte ein kleiner Einblick ins Taekwondo für die anderen Kampfsportler. Danach führten die Judoleute und die Allkampftruppe vom Yin Yang Osnabrück weiter durchs Programm. Am Abend zeigten sich alle Teilnehmer begeistert von den Einblicken in die verschiedenen Kampfsportarten, die sie bis dahin meist nur vom Namen her gekannt hatten.