Taekwondo Jahresrückblick 2007

27. Januar 2007

Special Kickz und Akrobatik Lehrgang mit dem HANSU-Showteam.

Bei diesem Lehrgang hieß es „Kopf abstellen und Sprungkraft zeigen" beim Rückwärtssalto, Flick-Flack, Handstandüberschlag, und noch vielem mehr. Mit dabei waren Jan Brethold, Lucas Brethold, Dominic Chow, Dennis Gösling, Martin Filusch, Rolf Uhlmann, Swen Schlüter, Joachim Pletschmüllers, Lena Friedrich, Elisa Fehre und Lilli Schröder.

27. Februar bis 28. März 2007

Start eines Bodyworkout Kurses unter Leitung von Joachim Pletschmüllers an dem 16 Personen teilgenommen haben.

10. Februar 2007

1. Poomsae Nachwuchsturnier der NWTU in Wuppertal mit über 500 Teilnehmern.

1. Platz: Elisa Fehre
2. Platz: Jan Brethold
4. Platz: Swen Schlüter
5. Platz: Lena Friedrich
4. Platz: Elisa Fehre & Swen Schlüter (Paarlauf)
5. Platz: Lena Friedrich & Jan Brethold (Paarlauf)

17. Februar 2007

1. Int. Hamburger Poomsae Meisterschaft

Für Joachim Pletschmüllers war es das erste Turnier auf internationaler Ebene und in seiner Klasse starteten gleich zwei Nationalkadermitglieder aus Norwegen und Deutschland.

4. Platz: Joachim Pletschmüllers

11. März 2007

1. Niedersachsen-Trophy in Georgsmarienhütte

Für dieses Turnier machten sich 13 Nachwuchssportler der Taekwondo Abteilung des VfL-Lintorf auf den Weg nach Georgsmarienhütte. Für den größten Teil der Lintorfer, vor allem für die Kinder, war es das erste Turnier überhaupt.

1. Platz: Paul Bischoff
2. Platz: Jenniffer Langer, Lena Gerkepott, Patrick Gies, Luisa und Marvin Schunke
3. Platz: Ole Siefke, Evelin Müller, Victoria Wilmering, Luisa Korte und Jannik Nölker

Malte Hinzmann und Alexander Brandes haben sich tapfer geschlagen, für eine Platzierung unter den ersten drei langte es aber letztlich leider nicht.

28. April 2007

Dan-Vorbereitungslehrgang in Göttingen für Joachim Pletschmüllers

29. April 2007

Kampflehrgang in Göttingen unter Leitung von Joachim Pletschmüllers

...

12. Mai 2007

1. Kup-Prüfung in 2007

Es nahmen 32 Sportler an der Prüfung teil und alle konnten die nächsthöhere Graduierung erreichen. Die Prüfung wurde von Frank Strasdat, 5. DAN Taekwondo, aus Gifhorn abgenommen.

2. Juni 2007

Dan-Prüfung in Göttingen

Nach einem Jahr intensiver Vorbereitung machte sich Joachim Pletschmüllers auf den Weg eine weitere Dan-Stufe zu erreichen. Joachim absolvierte eine überdurchschnittlich gute Prüfung und darf nun den 2. Dan tragen.

28. Juni 2007

Abendlauf in Bad Essen

An den Start gingen Klaus Ribbe, Andreas Bischoff, Rolf Uhlmann, Ole Siefke und Joachim Pletschmüllers

7. Juli 2007

Grillfest der ganzen Taekwondo Abteilung mit Anhang und einer kleinen Vorführung.

13. bis 15. Juli 2007

Trainingscamp auf der Nordseeinsel Borkum

Es wurde mal wieder viel geboten: Gemeinsame Trainingseinheiten mit den Sportlern des Sportvereins Borkum, Beachvolleyball, kühles Nordseewasser, ein bisschen Regen und natürlich viel Spaß und gute Laune.

18. Juli 2007

2. Kup-Prüfung in 2007

Es stellten sich 19 Sportler der Prüfung. Unter den Augen von Prüfer Frank Kniephoff, 3. DAN Taekwondo, erreichten alle Sportler mit guten Leistungen die nächsthöhere Graduierung.

15. September 2007

Kampfrichterlehrgang Kampf in Georgsmarienhütte

Elisa Fehre und Jan Brethold nutzten diese Gelegenheit um ihre Zulassungsvorrausetzungen für die im nächsten Jahr anstehende DAN-Prüfung zu erfüllen. Für Klaus Dittmann und Joachim Pletschmüllers diente der Lehrgang zur Trainer C Verlängerung die alle 4 Jahre erneuert werden muss.

13. Oktober 2007

DTU-Bundesbreitensportlehrgang in Bochum

Unter dem Motto „Treffen der Generationen" fanden sich fünf verschiedene Referenten aus Deutschland ein. Für den Bereich: Olympischer Vollkontakt stand der Vizepräsident Musa Cicek, ehemaliger zweifacher Europameister und Levent Tuncat, amtierender Deutscher Meister und Mitglied im Bundeskader zur Verfügung. Den Bereich Technik leitete der Bundestrainer Hans Vogel. Unterstützt wurde er von Isabel Dormann, Vize-Europameisterin und Mitglied im Bundeskader. Mit dabei waren Klaus Dittmann, Klaus Ribbe, Swen Schlüter, Florian Koch, Martina Schunke, Hartmut Schunke, Luisa Schunke, Marvin Schunke, Luana Kubisch, Evelyn Müller, Elisa Fehre und Joachim Pletschmüllers.

...

3. November 2007

Wettkampftraining in Lemförde

Hier trafen sich verschiedene Taekwondo Vereine aus dem Raum Osnabrück um ihren Nachwuchs zu fördern. Zum einem der Gastgebende Verein TuS Lemförde, des Weiteren SG Diepholz, Yin-Yang Osnabrück, OSC Osnabrück, PSV Georgsmarienhütte und natürlich der VfL Lintorf. Grund dieses Anlasses war der Ausfall des an dem gleichen Tag angesetzten NTU Kampfturniers. Mit von der Partie waren Paul Bischoff, Luisa Korte, Evelin Müller, Victoria Wilmering, Elisa Fehre, Sandra Müller, Florian Koch, Ole Siefke, Patrick Gies, Jan Brethold, Katharina Uhlmann Andreas Bischoff, Klaus Dittmann und Joachim Pletschmüllers.

24. November 2007

Niedersachsenmeisterschaft Poomsae in Ronnenberg

3. Platz: Swen Schlüter
3. Platz: Joachim Pletschmüllers

1. Dezember 2007

3. Kup-Prüfung in 2007

Als Prüfer wurde Wolfgang Falke, 4.DAN, vom TSV Bad Eilsen eingeladen. Alle 19 Prüflinge zeigten gute bis sehr gute Leistungen und nahmen nach drei schweißtreibenden Stunden die neue Urkunde vom Prüfer in Empfang. Einige Nachwuchssportler haben nach Aussage von Wolfgang Falke viel Talent und Ehrgeiz. An diesem Erfolg soll auf den nächsten Turnieren weiter aufgebaut werden.

Ausblick 2008

Wie auch in den vergangenen Jahren erwarten wir weiterhin großen Zulauf in unserer Abteilung, vor allem natürlich in den Kindergruppen. Turniermäßig geht's bereits am 12. Januar wieder los mit der 1. Ender-Open der NWTU, am 26. Januar mit dem immer hochklassig besetzten NTU-Kampfturnier in Seelze. Beim NWTU-Nachwuchs-Poomsae-Turnier am 16. Februar in Wuppertal wollen wir auch noch ordentlich was reißen. Für den 01. und 02. März ist unser nächster Selbstverteidigungslehrgang für Mädchen geplant. Auch sonst wird's natürlich munter weiter gehen mit weiteren Turnieren, Lehrgängen, Kup- und hoffentlich auch Dan-Prüfungen und, und, und...

Wittlager Kreisblatt

27. Januar 2007

Ein Sondertraining mit Europameistern absolvierten die Taekwondokas des VfL Litorf. Foto: privat

Das Training ließ keine Wünsche offen

Lintorfer Taekwondokas absolvierten Lehrgang in Hannover

LINTORF. Rund 80 Sportler aus Norddeutschland fanden sich jetzt in Hannover zu einem Lehrgang der Extraklasse ein, darunter elf Taekwondo-Sportler des VfL Lintorf. Sie folgten der Einladung des Landesreferenten Hado Yun. Dessen Showgruppe ist über die Landesgrenzen hinaus bekannt. In dieser Gruppe trainieren ausschließlich Europameister, was natürlich noch ein weiterer Anreiz war. Im ersten Part über drei Stunden ging es um spezielle Fußtechniken, die ein besonderes Maß an Training erforderten. Die Referenten vermittelten ihr ganzes Wissen, so dass selbst die Kleinsten im Alter von sechs Jahren dies gut umsetzen konnten.

Im zweiten Part hieß es dann „Kopf abstellen und Sprungkraft zeigen". Rückwärtssalto, Flick-Flack, Handstandüberschlag, Nackenkippe, freies Rad und anderes mehr standen auf dem Programm. Die sinnvollen Übungsreihen sowie Hilfestellungen der Referenten ließen keine Wünsche offen. Nun heißt es, dies im Training weiter umzusetzen. Dieser Lehrgang war ein voller Erfolg und soll im November wiederholt werden.

Wittlager Kreisblatt

10. Februar 2007

Gute Trainingsleistung im Wettkampf umgesetzt

Lintorfer auch in Nordrhein-Westfalen erfolgreich

kd **LINTORF.** Wie immer „viel zu früh", nämlich schon um 5.45 Uhr, machten sich fünf Lintorfer Taekwondo-Sportler auf den Weg nach Wuppertal in den Bayer-Sportpark. Dort fand ein Technikturnier der Nordrhein-Westfälischen Taekwondo-Union mit über 500 Teilnehmern statt.

Als Erstes mussten die Paarläufer Swen Schlüter und Elisa Fehre sowie Jan Bretholt und Lena Friedrich ihre Nervosität schnell ablegen und gegen die starke Konkurrenz antreten. Beide Paare schafften es bis ins Finale, wo Swen und Elisa nach dem Stechen knapp den dritten Platz verfehlten.

Dies geschah Swen auch im Einzelwettbewerb, wo er trotz guter Leistungen den vierten Platz belegte. Lena konnte sich trotz anfänglicher Schwierigkeiten gut durchsetzen und erreichte die Finalrunde. Jan kämpfte sich ebenfalls im Einzel mit starker Leistung bis in die Finalrunde und belegte einen sehr guten zweiten Platz. Elisas Anstrengungen wurden mit dem ersten Platz belohnt.

Die beste Leistung an diesem Tag im VfL-Team zeigte Elisa Fehre. Sie sicherte sich in ihrer Klasse den ersten Rang. Trainer Klaus Dittmann freute sich besonders, dass die gute Trainingsleistung jetzt auch im Turnier umgesetzt wurde und zum Erfolg führte.

Das Lintorfer Team mit (von links) Trainer Klaus Dittmann, Elisa Fehre, Lena Friedrich, Swen Schlüter und Jan Bretholt. Foto: privat

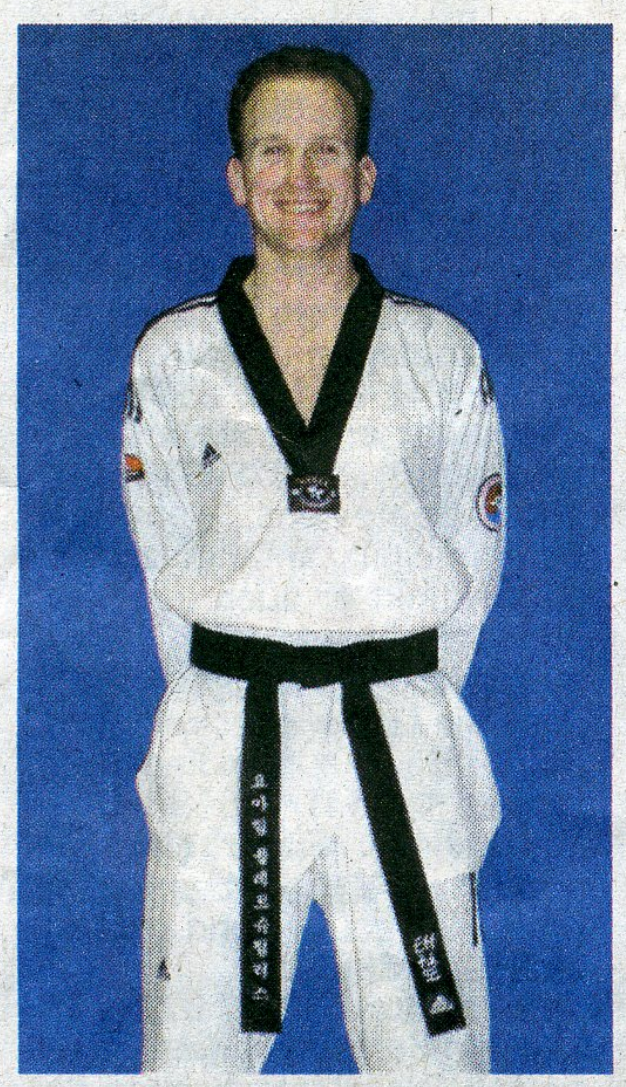
Wittlager Kreisblatt

17. Februar 2007

Premiere mit Rang vier

Lintorfer Taekwondoka in Hamburg

LINTORF. In Hamburg fanden die internationalen Poomsae-Meisterschaften im Taekwondo statt.



Joachim Pletschmüllers

Für den Lintorfer Joachim Pletschmüllers war es das erste Turnier auf internationaler Ebene. In seiner Klasse starteten zwei Nationalkadermitglieder aus Norwegen und Deutschland. Diese machten natürlich die ersten beiden Plätze unter sich aus. Der dritte Sportler aus der Hansestadt lieferte sich mit Joachim ein Kopf-an-Kopf-Rennen. Es musste das nervenaufreibende Stechen über Bronze entscheiden.

Hier nutzte der Sportler vom Gastgeber seinen Heimvorteil und sicherte sich um wenige Zehntel Punkte den dritten Platz vor dem Lintorfer. Der vierte, meist undankbare Platz ist für Pletschmüllers aber keine Enttäuschung. Im Gegenteil, eine Platzierung, auf die er nach Aussage des Landestrainers aufbauen kann.

Wittlager Kreisblatt

11. März 2007

Medaillenflut bei der Premiere

Taekwondo: Lintorfer Nachwuchssportler hatten Grund zur Freude

LINTORF. Insgesamt 13 Nachwuchssportler der Taekwondo-Abteilung des VfL Lintorf begaben sich auf den Weg nach Georgsmarienhütte, um bei den Kämpfen der begehrten Niedersachsen-Trophy teilzunehmen.

Auf diesem neuen Turnier wird nach Alter, Gürtelgraduierung und olympischen Gewichtsklassen unterteilt. Für den größten Teil der Lintorfer, vor allem für die neun Kinder im Alter von sieben bis elf Jahren, war es das erste Turnier überhaupt. Die Ausbeute von einmal Gold zweimal Silber und viermal Bronze war ein voller Erfolg.

Die vier Jugendlichen standen den „Kleinen" nichts nach. Dreimal Silber und einmal Bronze wurden notiert. Insgesamt elf hart umkämpfte Medaillen bedeutete Platz sechs in der Mannschaftswertung. Den Vortritt mussten die VfLer nur den großen Vereinen aus Bielefeld, Georgsmarienhütte, Osnabrück, Hamburg und Hildesheim lassen.

Ein starkes Team: Die Nachwuchssportler (hier mit Betreuern) der Taekwondo-Abteilung aus Lintorf schlugen sich in Georgsmarienhütte prächtig. Foto: privat

Wittlager Kreisblatt

12. Mai 2007

Erfolgreiche Taekwondo-Gürtelprüfung beim VfL Lintorf

Über 30 Teilnehmer fanden sich zur ersten Gürtelprüfung 2007 der Taekwondo-Abteilung des VfL Lintorf ein. Die vergangenen Wochen standen ganz im Zeichen der Vorbereitung. Als Prüfer wurde Großmeister Frank Strasdat (5. Dan) aus Gifhorn gewonnen. Den Anfang machten wie immer die Jüngsten, die schnell ihre Nervosität ablegten und mit teils ausgezeichneten Leistungen überzeugten. Die Fortgeschrittenen-Gruppe stand den Kids in nichts nach. Auch ihr bescheinigte Strasdat gute bis sehr gute Leistungen. Hervorzuheben ist, dass eine Teilnehmerin eine Gurtklasse übersprungen hat. Nach sechs Stunden hielten alle ihre Urkunde überglücklich in den Händen. Foto: VfL

Wittlager Kreisblatt

2. Juni 2007

Lange Vorbereitung und hohe Anforderungen

Taekwondo: 2. Dan für Joachim Pletschmüllers

ktt **LINTORF.** Bis nach Göttingen musste ein Lintorfer fahren, um sich der Dan-Prüfung der Niedersächsischen Taekwondo-Union zu stellen. Zu dieser Veranstaltung fanden sich Sportler aus ganz Niedersachsen und Bremen ein, um vor dem Prüfungsgremium ihr Können zu zeigen.

Auch Joachim Pletschmüllers, ein Trainer der Taekwondo-Abteilung des VfL Lintorf, hatte nach einem Jahr intensiver Vorbereitung den Weg auf sich genommen, um eine weitere Dan-Stufe zu erreichen.

Schon am Morgen mussten sich alle Teilnehmer pünktlich in der Halle einfinden. Dadurch, dass mehrere Gruppen gebildet wurden, hieß es nun erst mal warten, warten, warten …

Gegen Mittag war auch Joachim an der Reihe: In einer Gruppe aus fünf Trägern des 1. und 2. Dans wurde sich nichts geschenkt. Um einen Meistergrad weiterzukommen, mussten alle bis an ihre Leistungsgrenze gehen. Gezeigt werden mussten alle Disziplinen des Taekwondos – mit und ohne Partner. Die Prüfung gliederte sich also in vier Teile. Joachim absolvierte eine überdurchschnittlich gute Prüfung und darf nun den 2. Dan tragen.

Den nächsten Meistergrad sicherte sich Joachim Pletschmüllers (rechts) – hier mit Andreas Bischoff. Foto: privat

Wittlager Kreisblatt

18. Juli 2007

Neue Gürtel zur Belohnung

Taekwondo-Sportler des VfL Lintorf absolvieren Prüfung

egb **LINTORF.** Junge Taekwondo-Sportler haben die zweite Taekwondo-Gürtelprüfung des VfL Lintorf dieses Jahres erfolgreich bestanden. Als Prüfer stand ihnen Frank Kniephoff vom 3. DAN Taekwondo aus Melle gegenüber.

Die Teilnehmer wurden in vier Leistungsgruppen unterteilt. Bei der Prüfung wurden sämtliche Gebiete des Taekwondo überprüft. Im Vordergrund standen dabei die traditionellen Techniken. Die Prüflinge, fast ausschließlich Kinder, hatten sich intensiv auf diesen sportlichen Höhepunkt vorbereitet. Alle Sportler gaben ihr Bestes und bekamen dafür später die ersehnte Urkunde.

Frank Kniephoff bescheinigte den Teilnehmern am Ende durchgehend gute bis sehr gute Leistungen. Nun heißt es: neue Gürtel kaufen. Mit viel Elan und Ehrgeiz werden die jungen Sportler nach den Ferien weitertrainieren und die nächste Taekwondo-Stufe ins Visier nehmen.

Über neue Gürtel dürfen sich die Sportler nach erfolgreicher Prüfung freuen. Foto: privat

Wittlager Kreisblatt

13. Oktober 2007

Treffen der Generationen

VfL Lintorf beim Profi-Lehrgang

LINTORF. Die Deutsche Taekwondo-Union hatte zu einem besonderen Breitensportlehrgang nach Bochum eingeladen: Fünf Referenten aus Deutschland, der eine sehr jung, der andere etwas älter, führten durch das „Treffen der Generationen".

Für den Bereich „Olympischer Vollkontakt" standen der zweifache Europameister und Vizepräsident Musa Cicek und Levent Tuncat, amtierender Deutscher Meister und Mitglied im Bundeskader, zur Verfügung. Den Bereich Technik leitete Bundestrainer Hans Vogel höchst persönlich. Unterstützt wurde er von Isabel Dormann, Vize-Europameisterin und Mitglied im Bundeskader. Den dritten Part übernahm der weit über die Bundesgrenzen bekannte Alfred Gehlen. Er leitete den Bereich Selbstverteidigung und Neurobic.

Dieser Einladung folgten rund 270 Teilnehmer aus ganz Deutschland, unter ihnen die zwölf Sportler vom VfL Lintorf. In dem Ganztagslehrgang konnten die Sportler in den vier intensiven Trainingseinheiten frei wählen, in welchen Bereichen sie gerne noch mehr lernen wollten.

Am Ende dieses Tages waren alle müde, aber die Meinung war einheitlich: „Super Lehrgang, viel Schweiß gelassen und sehr viel gelernt", so die Lintorfer.

Die Sportler des VfL Lintorf kommen ebenfalls aus mehreren Generationen und haben von den Profis einiges gelernt. Foto: privat

Wittlager Kreisblatt

3. November 2007

Knallharte Sparringskämpfe bei den Taekwondo-Sportlern

In Lemförde trafen sich Taekwondo-Vereine aus dem Raum Osnabrück, um ihren Nachwuchs zu fördern. Zum einen der Gastgebende Verein TuS Lemförde sowie SG Diepholz, Yin-Yang Osnabrück, OSC Osnabrück, PSV GMHütte und der VfL-Lintorf. Da das an diesem Tag angesetzte Kampfturnier der Niedersächsischen Taekwondo-Union ausfallen musste, wurde spontan von den Trainern der Vereine ein Sparringsturnier organisiert. Die Betreuer waren sich einig, dass der Trainingsaufwand der vergangenen Wochen belohnt werden sollte. Denn alle Sportler hatten sich intensiv vorbereitet. Die Resonanz war erfreulich gut, denn rund 60 Sportler wollten sich mit den anderen unter Wettkampfbedingungen messen. Die Lintorfer waren mit elf Sportlern im Alter von 7 bis 16 Jahren vertreten. Die Leistungen waren durch die Bank sehr gut. Der anwesende Landestrainer Hayati Yardim von der SG Diepholz bescheinigte den Nachwuchssportlern gutes Potenzial und lud sie zum Stützpunkttraining nach Georgsmarienhütte ein, wo der Landeskader trainiert. Dies ist natürlich ein weiterer Motivationschub, besonders für die jüngsten Sportler. Im Bild die Lintorfer Taekwondokas mit Betreuern. Foto: privat

Wittlager Kreisblatt

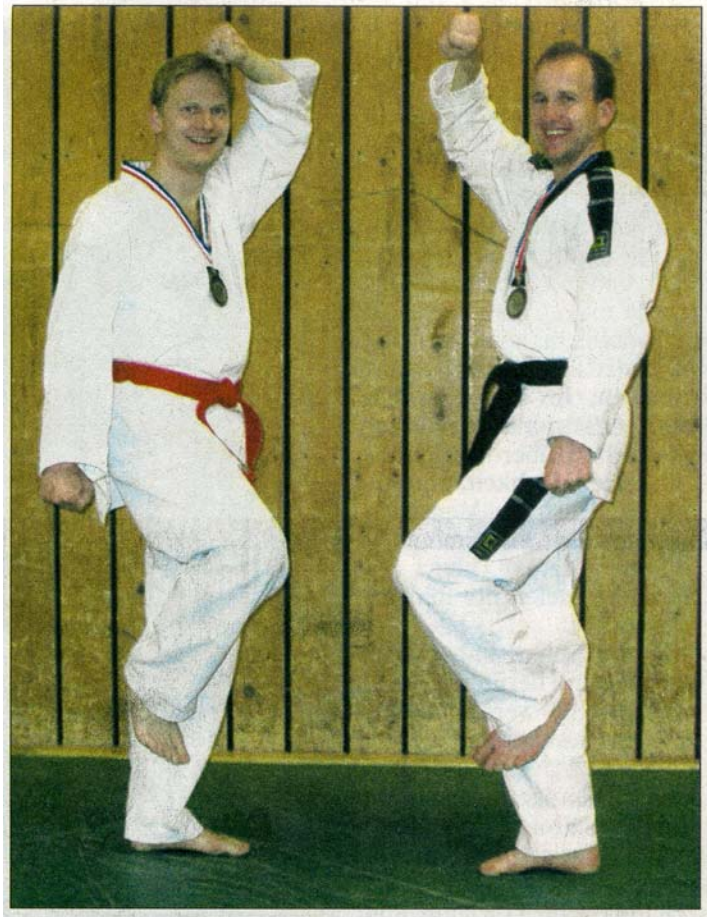
10. November 2007

Selbstbehauptungskurs mit dem Taekwondo-Trainer

Im Rahmen des Kooperationsprogramms zwischen Schule und Sportverein fand in der Sporthalle Lintorf ein Selbstbehauptungskurs für Kinder der vierten Klassen der Grundschule und ihre Eltern statt. Klaus Dittmann, Taekwondo-Trainer des VfL, stellte mit Rollenspielen und verschiedenen Übungen Gefahrensituationen dar, und verriet, was Kinder tun können, um sich und andere zu schützen. Von der Polizeidienststelle Bad Essen war Dirk Placke zu Gast, der anschaulich erklärte, woran man einen Polizeibeamten erkennt. Er gab den Kindern zudem noch einige wichtige Tips für das richtige Verhalten in verschiedenen Situationen. Foto: privat

Wittlager Kreisblatt

24. November 2007



Mit dem neuen Regelwerk kamen die Lintorfer Taekwondokas Swen Schlüter und Joachim Pletschmüllers (rechts) bei den Landesmeisterschaft gut zurecht. Foto: privat

Wertung wie beim Eiskunstlaufen

Taekwondo: Lintorfer mit zwei 3. Plätzen

egb **LINTORF.** Die beiden Lintorfer Taekwondo-Sportler Swen Schlüter und Joachim Pletschmüllers gingen bei der Niedersachsenmeisterschaft Technik an den Start – und das sehr erfolgreich.

Eingeladen hatte die Niedersächsische Taekwondo-Union nach Ronnenberg. Ausschließlich fortgeschrittene Sportler aus Niedersachsen traten an, um ihre Landesmeister zu ermitteln.

Bei einem Technikturnier müssen die Aktiven vorgegebene Bewegungsabläufe vorführen. Diese werden dann nach jedem Durchgang von mehreren Kampfrichtern, ähnlich wie bei Eiskunstlauf, mit Punkten bewertet. Wobei auf Genauigkeit, Rhythmus und Darstellung des gesamten Bewegungsablaufes Wert gelegt wird.

Swen startete in der Leistungsklasse 2, wo ausschließlich Blau- und Rotgurte antraten. Er zeigte sich in der Vorrunde stark und kam verdient bis ins Finale. Auch hier konnte der Lintorfer die Punktrichter überzeugen und sicherte sich Platz drei.

Joachim trat in der Leistungsklasse 1 an, wo ausschließlich Schwarzgurte vertreten waren. Die Vorrunde verlief nicht so, wie er es sich vorgestellt hatte. Jedoch für den Finaleinzug hatte es auch hier gereicht. Dort zeigte der Lintorfer eine saubere Vorstellung und verfehlte nur um wenige Zehntel Punkte den 2. Platz.

Da dieses Turnier das Erste nach neuem Regelwerk war, können die beiden Sportler mit ihren Platzierungen sehr zufrieden sein.

Wittlager Kreisblatt

1. Dezember 2007

Gürtel für die Taekwondokas – Ein anstrengender Prüfungstag in Lintorf

„Erst neue Taekwondo-Gürtel und dann zum Weihnachtsmarkt", so lautete die Devise für einige Taekwondo-Sportler des VfL Lintorf. Die Wintergürtelprüfung der Taekwondo-Abteilung beim VfL-Lintorf stand an. Als Prüfer wurde Wolfgang Falke (4. Dan) vom TSV Bad Eilsen eingeladen. Die vergangenen Wochen standen ganz im Zeichen dieser wichtigen Prüfung. Bei dieser Veranstaltung werden alle fünf Säulen, auf denen der Taekwondo-Sport ruht, geprüft: Poomsae (Schattenkampf), Partnerübungen, Freikampf (Olympischer Vollkontakt), Selbstverteidigung und Bruchtest, so ist die Reihenfolge. In jedem Prüfungsfach müssen gute Leistungen gezeigt werden, um zum Schluss die 4-Punkte-Grenze zu erreichen, wobei 6 die Höchstpunktzahl ist. Alle Prüflinge zeigten gute bis sehr gute Leistungen und nahmen nach drei anstrengenden Stunden die neue Urkunde vom Prüfer in Empfang. Einige Nachwuchssportler haben nach Aussage von Wolfgang Falke viel Talent und Ehrgeiz. Er empfahl, dass sie unbedingt an den nächsten Meisterschaften und Turnieren teilnehmen sollten. Foto: privat