

Taekwondo Jahresrückblick 2008

1. Quartal 2008

Das Turnierjahr begann gleich mit einer Überraschung. Am 12. Januar nahmen 11 Sportler an den 1. Ender Open Technik in Herdecke (NRW) teil. Die Taekwondo Abteilung des TuS Herdecke richtete dieses Turnier zum ersten mal aus. Es traten ausschließlich Großvereine aus NRW wie z.B. Dortmund, Bochum, Essen, etc an. Die Lintorfer zeigten Top-Leistungen und sammelten fleißig Medaillen. 6mal Gold, 3mal Silber und 2mal Bronze sprangen heraus. In der Mannschaftswertung wurde der 3. Platz von 11 Vereinen belegt.

Durch diesen Erfolg beflügelt, starteten die Lintorfer am 16. Februar gleich noch mal in NRW. Dieses mal lud der Verein Bayer Wuppertal zu einem Grossturnier ein. Über 500 Sportler aus 42 Vereinen traten zu diesem Technikturnier an. Die Lintorfer reisten mit 17 Sportlern an. Auch hier zeigten sich die Niedersachsen bärenstark. 4mal Gold, 2mal Silber und 1mal Bronze sowie 10mal unter den Top Ten bedeutete unter dem Strich Platz 5 von 42 Vereinen. Techniktrainer Joachim Pletschmüllers war mit diesen beiden Turnieren natürlich mehr als zufrieden.

Am gleichen Tag begleitete Kampftrainer Klaus Dittmann drei talentierte Kampfsportler zu einem Sichtungselehrgang nach Georgsmarienhütte. Unter den Augen von Landestrainer Hayati Yardim wurde das Leistungspotenzial gesichtet. Unsere drei Kämpfer haben gute Ansätze gezeigt und nahmen viele gute Tipps für das Heimtraining mit nach Hause.

Am 29. März nahm zum einen Swen Schlüter an einem Kampfrichterlehrgang Technik in Lauenau teil und Joachim Pletschmüllers trainierte zum ersten mal mit dem Landeskader Technik. Swen bestand im Anschluss die schriftliche Prüfung und hatte somit die Zulassungsvoraussetzung für die Trainer C-Lizenz im Sommer erfüllt. Joachim trainierte unter den Augen von Landestrainer Hado Yun und hat gute Aussichten in den B-Kader zu rutschen.

2. Quartal 2008

Am 12. April starteten vier Kampfsportler auf der Niedersachsen-Trophy in Georgsmarienhütte. Bei diesem Vollkontaktturnier bestätigten die Kämpfer ihre guten Trainingsansätze und holten 1mal Gold und 2mal Silber. Vier Starter und drei Medaillen ist mehr als zufriedenstellend so Vereinstrainer Klaus Dittmann.

Am 26. April nahmen unseren beiden Schwarzgurtanwärter Elisa Fehre und Jan Bretholt an dem Vorbereitungslehrgang zur DAN Prüfung in Wunstorf teil. Hier wurde den Sportlern aufgezeigt, was sie auf der DAN-Prüfung am 7. Juni erwartet.

Am 7. Juni war es dann endlich soweit. Unsere beiden Sportler Elisa und Jan mussten ihr Können unter den kritischen Augen dreier Prüfer zeigen. Bei dieser Meisterprüfung werden alle fünf Säulen des Taekwondo geprüft. Die einjährige Vorbereitungszeit haben unsere VfLer gut genutzt. Beide bestanden die Prüfung mit Bestnoten und sind somit Taekwondo Meister 1 Grades.

Am 15. Juni lud unserer ehemaliger Vereinskamerad Kai Gausmann zu einem Speziallehrgang nach Osnabrück ein. Das Motto lautete: Akrobatik und Spezialkickz. Drei Lintorfer trainierten fleißig mit und nahmen viele gute Eindrücke mit nach Hause.

Am 28. Juni nahmen 50 Sportler an der Sommer Gürtelprüfung teil. Als Prüfer konnte Frank Kniephoff aus Melle gewonnen werden. Alle bestanden ihre Prüfung und konnten sich im nächsten Training ihre neuen Gürtel umbinden.

3.Quartal 2008

Vom 12. Bis 20. Juli wurden neue Taekwondo Trainier der Linzenzstufe C von Landeslehrwart Christian Senft in Melle ausgebildet. Swen Schlüter nahm an diesem anstrengenden Lehrgang teil. Die Prüfungen sind zum Teil noch nicht ganz abgeschlossen. Wir sind aber sehr zuversichtlich das Swen die Lizenz bekommen wird. Klaus Ribbe, ein langjähriger Trainer unserer Abt., nutzte diesen Lehrgang um seine Lizenz um weitere vier Jahre zu verlängern.

Sommerferien

Am 13. September trat Joachim Pletschmüllers zum ersten mal auf einem Bundesranglistenturnier an. Die Reise ging nach Lehrte zur internationalen Niedersachsenmeisterschaft Technik. Joachim überstand die Vorrunde sehr gut und zeigte auch im Halbfinale eine gute Leistung. Leider reichte es aber nicht zum Finaleinzug. Ein 8. Platz ist aber ein super Erfolg, zumal auf solch einem Turnier nur Landes- und Bundeskadersportler vertreten waren.

Am 27. September fuhren neun Lintorfer nach Gehrden zu einem Taekwondo Classic Turnier. Bei diesem Turnier konnten die Sportler zwischen verschiedenen Disziplinen wählen. Hier zeigte sich die gute Bandbreite unserer VfLer. 1mal Gold, 3mal Silber und 1mal Bronze sprangen heraus.

4.Quartal 2008

Am 11. Oktober starteten 3 Lintorfer Kämpfer bei dem 2. Offenen Vollkontaktevent in Gehrden. Wieder wurden Medaillen eingefahren: 1mal Gold, 1mal Silber und 1mal Bronze.

Am 15. November lud die NTU zur Mitgliederversammlung nach Hannover ein. Trainer Klaus Dittmann und Joachim Pletschmüllers waren mit dabei, wie der neue Vorstand gewählt wurde.

Vom 22. Bis 23. November leitete Klaus Dittmann einen Selbstbehauptungskurs für Grundschüler an der Schule in Lintorf. Joachim unterstützte ihn am 23. November bei den Partnerübungen.

Am 6. Dezember lud die Abteilung zur Winter Gürtelprüfung ein. Diesmal fungierte Wolfgang Falke aus Bad Eilsen als Prüfer. Auch hier zeigte sich wieder, dass die Prüflinge in der Vorbereitung fleißig waren. Alle Sportler bestanden die Prüfung mit Bravour.

Als letztes Highlight stand die Niedersachsen Meisterschaft am 13. Dezember in Osnabrück an. Fünf nominierte Lintorfer ließen sich die Gunst der Stunde nicht nehmen um die Niedersachsen Meisterschaft zu kämpfen. Mit Erfolg: 2mal Gold und 3mal Silber ist die erstaunliche Bilanz.

Vorschau 2009

Gleich am 24. Januar geht's wieder mit einer grossen Mannschaft nach Herdecke, um den 3. Platz in der Mannschaftswertung zu verteidigen.

Desweiteren stehen natürlich wieder jede Menge Turniere und Prüfungen an. Im Mai und November sind Vereinsgürtelprüfungen angesetzt. Im Juni planen Dominc Chow zum 1.DAN, Swen Schlüter zum 1.DAN und Joachim Pletschmüllers zum 3.DAN ihre Prüfungen zu bestehen.

Desweiteren will Swen seine letzten Trainier C Prüfungen bestehen.

Im Dezember wollen Rolf Uhlmann zum 1. DAN, Lena Friedrich zum 1.DAN und Jan Bretholt zum 2. DAN antreten.

Wittlager Kreisblatt

12. Januar 2008

VfL Lintorf lässt Große hinter sich



Mit der Konkurrenz aus dem Nachbarbundesland Nordrhein-Westfalen maßen sich höchst erfolgreich elf Sportler des VfL Lintorf. Die dortige Taekwondo-Union hatte zur „1. Ender Open“, einem Technikturnier, nach Herdecke eingeladen. Die Lintorfer Sportler vertraten dabei die niedersächsischen Farben. Die VfLer waren in sämtlichen Altersklassen von 8 bis 39 Jahren präsent. Dabei zeigte sich wieder einmal, dass sich intensives Training bezahlt macht. Mit sechsmal Gold, dreimal

Silber und zweimal Bronze war die Ausbeute überragend. Das spiegelte sich auch in der Mannschaftswertung wider. Die Lintorfer überholten große Vereine wie Bochum, Essen und Wuppertal und landeten verdient auf dem dritten Platz. Im Februar finden die nächsten Meisterschaften in Nordrhein-Westfalen statt, wo die Lintorfer mit einer noch größeren Mannschaft antreten werden. Das Foto zeigt die Teilnehmer mit Trainer Joachim Pletschmüllers (rechts).

Foto: privat

Wittlager Kreisblatt

16. Februar 2008



Weit über 500 Starter waren zum Turnier in Wuppertal angetreten, darunter auch die Taekwondo-Abteilung des VfL Lintorf, die mit sehr achtbaren Ergebnissen zurück kehrte.

Foto: privat

Teilweise fehlten nur wenige Zehntel

Lintorfs Taekwondo-Abteilung trumpfte in Wuppertal auf

egb **LINTORF.** 17 Nachwuchssportler der Taekwondo-Abteilung des VfL Lintorf hatten sich auf den Weg nach Wuppertal gemacht, um sich mit Sportlern aus dem Nachbarbundesland zu messen. Diese Veranstaltung ist überaus beliebt, was die Teilnehmerzahl von 565 Startern belegt.

Den Anfang machten wie immer die Jüngsten. Die Klassen werden nach Alter und Gürtelgraduierung unterteilt. Teilweise waren bis

zu 30 Starter pro Klasse vertreten. Die Lintorfer Kids zeigten in allen Klassen starke Leistungen. Eine Platzierung unter den ersten zehn bedeutete schon eine gute Leistung. Zehn Kinder schafften dieses auf Anhieb. Teilweise fehlten nur wenige Zehntel, um einen der ersehnten Ränge zwischen 1 und 3 zu ergattern.

Eine sehr gute Leistung zeigte Leon Hafner, er überzeugte die Kampfrichter und

sicherte sich Platz 1 in der Klasse Kinder männlich A 8-7 Kup.

Im Anschluss folgten die Jugendlichen und Erwachsenen. Dabei kam es zu Überraschungen. Für die Lintorfer sprangen schließlich vier Platzierungen unter den ersten zehn heraus.

Jeweils Gold gab es für Jan Bretholt, Swen Schlüter und Joachim Pletschmüllers im Synchron Herren A, außerdem für Hartmut Schunke

(Einzel Herren C 8-5 Kup) sowie für Joachim Pletschmüllers im Einzel Herren B ab 1. Kup. Silber errangen Swen Schlüter im Einzel Herren B ab 1. Kup und Sandra Müller (Einzel Damen B 8-5 Kup). Bronze ging an Klaus Ribbe im Einzel Herren C ab 1. Kup. Insgesamt waren 42 Vereine am Start und somit kann der fünfte Platz des VfL Lintorf in der Mannschaftswertung durchaus als Erfolg gewertet werden.

Wittlager Kreisblatt

12. April 2008

Lintorfer Trio überzeugte



Mit einer kleinen Mannschaft nahmen die Taekwondo-Kämpfer des VfL Lintorf an der 2. Niedersachsen-Trophy in Georgsmarienhütte der Niedersächsischen Taekwondo Union teil. Beim vom PSV Georgsmarienhütte sehr gut organisierten Kampfturnier gingen Mannschaften aus Niedersachsen, Bielefeld und den Niederlanden an den Start. Trotz kleinen Kaders konnten drei von vier VfLern eine Medaille erkämpfen. Während Luisa Korte in der Klasse bis 40 kg und Patrick Gies in der Klasse bis 78 kg knapp im Finale scheiterten und so je eine Silbermedaille holten, sicherte sich Ole-Christoph Siefke in der Klasse bis 54 kg die Goldmedaille. Das Foto zeigt die Trainer Swen Schlüter und Klaus Dittmann zusammen mit Patrick Gies, Ole-Christoph Siefke, Louisa Korte und Viktoria Wilmering.

Foto: privat

Wittlager Kreisblatt

7. Juni 2008

Prüfung mit Bruchtest

Lintorfer Taekwondokas jetzt mit schwarzem Gürtel

geb **LINTORF.** Die Niedersächsische Taekwondo-Union hatte 18 Prüflinge nach Wunstorf eingeladen, die dort ihr Können unter Beweis stellen durften. Darunter auch Elisa Fehre und Jan Bretholt vom VfL Lintorf, die die Prüfung zum schwarzen Gürtel im Taekwondo absolvieren wollten.

Unter den Augen der drei Prüfer wurden alle fünf Säulen des Taekwondo geprüft. Zu einem die Poomsae: Eine festgeschriebene Abfolge von Techniken auf einem Diagramm dargestellt, wobei ein Kampf gegen einen imaginären Gegner simuliert wird.

Dann der Ein-Schrittkampf: Dabei handelt es sich um einen abgesprochenen Kampf, wobei die ganze Technikvielfalt des Prüflings gezeigt werden soll.

Weiter ging es in der Reihenfolge mit dem olympischen Vollkontaktkampf, wo knifflige Aufgabenstellungen der Prüfer effizient gelöst werden müssen und der realistischen Selbstverteidigung gegen unbewaffnete und bewaffnete Gegner mit Stock und Messer.

Zum Schluss der Bruchtest: Holzbretter müssen mit verschiedenen Techniken in Kombinationen einwandfrei

zerstört werden. Elisa Fehre und Jan Bretholt wurden ein Jahr lang von ihren Trainern perfekt auf diesen Tag vorbereitet. Sie überzeugten in allen Prüfungsfächern mit guten bis sehr guten Leistungen. Somit war es auch keine Überraschung mehr, als die beiden um 18.30 Uhr die Glückwünsche der Prüfer, Trainer und mitgereisten Fans entgegennehmen konnten. „Ein perfekter Tag für unsere neuen beiden Dan-Träger“, jubelten sie beim VfL Lintorf. Übrigens: Elisa ist die erste Frau im Verein und Jan ist mit 16 Jahren der jüngste Taekwondo-Meister des VfL.



Die Taekwondo-Sportler des VfL Lintorf. Im Bild von links: Andreas Bischoff, Joachim Pletschmüllers, Elisa Fehre, Jan Bretholt, Klaus Dittmann sowie Swen Schlüter. Foto: privat

Wittlager Kreisblatt

28. Juni 2008

Die Rekordmarke übertroffen

Gürtelprüfungen der Taekwondokas

geb **LINTORF.** Zur ersten Gürtelprüfung des Jahres traten die Taekwondo-Aktiven des VfL Lintorf an. Mit 50 Prüflingen wurde die vereinsinterne Rekordmarke locker übertroffen.

Als Prüfer fungierte Frank Kniephoff, 3. Dan Taekwondo vom Bushido Melle. Im Laufe der Prüfung zeigte sich wieder, dass Taekwondo ein Sport für jedes Alter ist. Sowohl die Jüngste (6 Jahre) als auch der

Älteste (47 Jahre) meisterten ihre Prüfungsgebiete mit guten Leistungen. Die Wochen zuvor standen ausschließlich im Zeichen der Prüfung.

Das spiegelte sich im Prüfungsergebnis wider, denn alle Prüflinge bestanden. Zwei der Kandidaten zeigten sogar deutlich überdurchschnittliche Leistungen und übersprangen so eine Stufe der Gürtelprüfung – was außergewöhnlich ist.



Die Prüflinge des VfL Lintorf. Die Taekwondo-Abteilung konnte eine Rekordbeteiligung verzeichnen.

Foto: privat

Wittlager Kreisblatt

27. September 2008

Motivationsschub für die Niedersachsenmeisterschaft

Gute Platzierungen für Lintorfer Taekwondo-Sportler

egb **LINTORF.** In Gehrden fanden die ersten Taekwondo-Classic-Open statt. Neun Taekwondo-Sportler des VfL Lintorf nutzen die Gunst der Stunde, um ihr Können unter Beweis zu stellen. Die Lintorfer waren in allen Klassen gut besetzt.

Den Anfang machte Leon Haffner. Die Vorrunde verlief zwar nicht so gut wie erhofft, jedoch reichte es zum Einzug in das Halbfinale. Um wenige Zehntel verpasste er den dann aber begehrten Platz auf dem Podest und musste sich mit dem undankbaren vierten Rang zufriedengeben. Amelie Friedrich und Alona Schmidke starteten in der gleichen Klasse. Dieses Teilnehmerfeld war sehr stark besetzt. Beide zeigten eine starke Vorrunde. Die Bewertungen lagen sehr dicht

zusammen. Amelie verpasste ganz knapp das Halbfinale und wurde am Ende Elfte. Alona zeigte im Halbfinale eine gute Vorstellung, aber für den Einzug ins Finale fehlten auch hier nur wenige Punkte. Am Ende kam in dieser Leistungsklasse ein guter achter Platz heraus.

Evelin Müller startete in der zweiten Leistungsklasse gegen starke Mädchen aus Niedersachsen. Hier zeigte sich in der Vorrunde, dass Evelin ohne Zweifel ins Halbfinale gehört.

Der zweite Durchgang verlief nicht ganz so gut wie erwartet, aber der Finaleinzug wurde, trotzdem, gesichert. Im Finale fehlte nur ein Zehntel zum begehrten Gold, aber ein zweiter Platz ist schließlich auch was wert. Aleksej Schmidke über-

raschte in einer kleinen Klasse mit einem zweiten Platz. Der Lintorfer Jan Bretholt startete erstmalig in der ersten Leistungsklasse der Jugend. Jan knüpfte an seine starken Trainingsleistungen an und gewann verdient diese Klasse. Ebenso Elisa Fehre, sie startet erstmals in der Leistungsklasse eins der Senioren und überzeugte die Punktrichter in jeder Runde und landete sicher auf dem ersten Platz.

Swen Schlüter und Joachim Pletschmüllers traten in der Seniorenklasse (18 bis 35) gegeneinander an. In der Vorrunde ließen die beiden Lintorfer die Konkurrenz schon hinter sich. Das Halbfinale wurde dann auch locker überstanden. Im Finale kam es dann zu einem Kopf-an-Kopf-Duell für Swen mit ei-



Sechs Medaillen und weitere gute Platzierungen holten die Taekwondokas aus Lintorf. Foto: privat

nem Sportler aus Bad-Münder. Das Stechen musste dann über den dritten Platz entscheiden. Der Lintorfer zeigte Nervenstärke und bekam verdient Bronze. Joa-

chim zeigte im Finale eine tolle Form und sicherte sich Silber- und sammelte Pluspunkte für eine Kader-Nominierung. Mit sechs Medaillen ist die Mannschaftsleistung

beachtlich. „Dies ist ein weiterer Motivationsschub für die anstehenden Niedersachsenmeisterschaften im November“, so die Taekwondo-Abteilung.

Wittlager Kreisblatt

11. Oktober 2008



Sportler und Betreuer: Hintere Reihe von links: Joachim Pletschmüllers, Swen Schlüter, Klaus Dittmann und Andreas Bischoff. Davor Paul Bischoff, Victoria Wilmering und Luisa Korte.

Kräftig ausgeteilt

Lintorfer Taekwondo-Sportler holten Medaillen

egb LINTORF. **Drei Nachwuchskämpfer der Taekwondo-Abteilung des VfL-Lintorfs starteten beim offenen Vollkontaktturnier in Gehrden bei Hannover. Bei diesem Wettkampf wird nach olympischen Vollkontaktregeln über drei Runden 1,5 Minuten gekämpft.**

Den Anfang machte Victoria Wilmering. Sie musste gegen eine starke Kämpferin aus Hildesheim antreten. Beide Kämpferinnen zeigten einen mitreißenden Kampf. Nach der zweiten Runde lag die Hildesheimerin knapp vorne. In der letzten entscheidenden Runde versuchte Victoria das Blatt noch zu wenden, aber eine kleine Verletzung am Knie brach ihren Willen ein wenig. Am Ende musste sie sich knapp geschlagen geben. Die

Bronzemedaille tröstete sie aber dann ein wenig über den verpassten Finaleinzug. Als Nummern zwei und drei traten Luisa Korte und Paul Bischoff zeitgleich auf zwei Kampfplätzen ihre Finalkämpfe an. Luisa hatte es mit einer taktisch gut eingestellten Sportlerin aus Hannover zu tun. Die ersten Runde konnte Luisa noch offen gestalten.

Die zweite Runde verlief ähnlich knapp, wobei keine der beiden sich nach Punkten absetzen konnte. In der dritten Runde sollte dann die Entscheidung zugunsten der Kämpferin aus Hannover fallen. Luisa konnte zwar noch den Anschlusstreffer landen, aber zum Schluss musste sie sich knapp 1:2 geschlagen geben. Die Silbermedaille in der ersten Leistungsklasse vom Blau- bis

Schwarzgurt ist aber ein schöner Erfolg. Paul trat gegen einen Kämpfer aus Diepholz an. Die ersten Runde konnte der Lintorfer klar für sich entscheiden. In der zweiten Runde kämpften die beiden Jungs auf höchstem Niveau. Auf beiden Seiten wurde kräftig ausgeteilt, aber auch Kopftreffer mussten unter Tränen hingenommen werden.

Die dritten Runde war nichts für schwache Nerven. Bis 30 Sekunden vor Schluss stand es 8:8-Unentschieden. Für die Zuschauer gab es kein Halten mehr, als Paul zehn Sekunden vor Schluss den Kick zum hochverdienten 10:8 setzte. Auch hier gab es genau wie vor zwei Wochen auf dem Technikturnier eine klasse Mannschaftsleistung: drei Starter und drei hart erkämpfte Medaillen.

Wittlager Kreisblatt

6. Dezember 2008

Der Nikolaus war zufrieden: Lintorfer Taekwondo-Sportler absolvierten Winterprüfung



Die Taekwondo-Abteilung des VfL Lintorf hatte zur Wintergürtelprüfung eingeladen. Als Prüfer wurde Wolfgang Falke vom TSV Bad Eilsen gewonnen. Die 37 Prüflinge haben sich mehrere Wochenlang auf diesen Termin vorbereitet. Die Prüflinge wurden in verschie-

dene Leistungsgruppen unterteilt. Es wurden alle fünf Säulen des Taekwondo geprüft. Zu einem die Poomsae: Ein Kampf gegen einen imaginären Gegner, verschiedene Partnerübungen, olympischer Vollkontakt, Selbstverteidigung und zum Schluss der Bruchtest: Bret-

ter verschiedener Stärken in Abhängigkeit des Alters. Um die Prüfung zu bestehen, muss man im Durchschnitt 4,0 Punkte haben. Dieses Ziel erreichten alle Prüflinge. Nach Aussage vom Prüfer wurden teilweise sogar überdurchschnittliche Leistungen erzielt.

Nach anstrengenden vier Stunden konnte alle Sportler ihre neue Urkunde in Empfang nehmen. Der Nikolaus durfte natürlich an diesem Tag nicht fehlen und hatte einige Leckereien in seinem Jutesack. Die Abteilung blickt zufrieden auf das Jahr 2008 zurück. Es konnten viele

Medaillen auf Turnieren gewonnen werden, und der Nachwuchs entwickelt sich prächtig. Wenn einige Kinder so weitermachen, können sie schon mit 12 oder 13 Jahren ihren schwarzen Gürtel erreichen. Im Bild die Prüflinge, Trainer, Prüfer und der Nikolaus. Foto: privat

Wittlager Kreisblatt

13. Dezember 2008

Kampf im Vollkontakt



Fünf Taekwondo-Sportler des VfL-Lintorf nahmen der Landesmeisterschaften der Niedersächsischen Taekwondo-Union im Vollkontakt in Osnabrück teil. Über 200 Sportler traten auf drei Kampfflächen an, um ihre neuen Titelträger zu ermitteln. Die Kämpfe gingen über drei Runden und wurden nach olympischen Gewichtsklassen unterteilt. Die Platzierungen der Lintorfer: Victoria Wilmering (Gold), Ole-Christoph Siefke (Gold), Luisa Korte (Silber), Dominic Chow (Silber) und Patrick Gies (Silber). Foto: privat