

# Taekwondo Jahresrückblick 2013

## 25. Mai 2013 – Claudia Hochzeit



## 08. August 2013 – Luisa, Klaus und Victoria DAN-Prüfung



**Erfolgreiche Schwarzgurtträger** aus Lintorf: Klaus Ribbe (2. Dan), Viktoria Wilmering (1. Dan) und Luisa Korte (2. Dan) – von links.

Foto: VfL Lintorf

## Hohe Anforderung

### Drei neue Meistergrade beim VfL Lintorf

kd **LINTORF.** Geschafft. Die drei Starter des VfL Lintorf Victoria Wilmering, Luisa Korte und Klaus Ribbe überzeugten bei der Schwarzgurtprüfung der Niedersächsischen Taekwondo-Union in Gehrden.

Bei dieser Meisterprüfung im Tae-Kwon-Do werden alle fünf Säulen dieses Sport überprüft. Zu Anfang werden die Poomsae, eine Abfolge festgelegter Techniken, die auf einem Schrittdiagramm vorgeführt werden, überprüft. Die Bewertung ähnelt der des Eiskunstlaufs, wobei Technik und Präsentation bewertet werden.

Im Anschluss folgen Partnerübungen ohne Kontakt. Weiter geht es mit olympischem Vollkontakt. Verlangt

werden Selbstverteidigungstechniken, bei denen die Effektivität im Vordergrund steht. Den Abschluss bildet der Bruchtest. Hierbei zeigt sich, ob die Sportler ihre Konzentration halten können, um die Bretter zu knacken.

Alle drei Lintorfer überzeugten die Prüfer mit sauberen Techniken und gutem Auge bei den Partnerübungen. Der Lohn: die angestrebten Dan-Urkunden. Victoria Wilmering ist nun Trägerin des 1. Dan und Luisa Korte sowie Klaus Ribbe des 2. Dan. Bei den schwarzen Gürteln (Dan) gibt es Mindestalter. Dass Victoria mit 15 und Luisa mit 16 Jahren die Prüfung bewältigten, zeugt von der sehr guten Jugendarbeit im VfL Lintorf.

## 31. August 2013 - 2. NTU Vollkontaktturnier in Soltau



## 11. September 2013 - Niedersachsenmeisterschaft in Georgsmarienhütte



## 30. November 2013 - Kup-Prüfung

