



TaeKwonDo

Jahresrückblick 2021



- **01.02., Online:** Hendrik Warnecke programmiert „[Taekwondo Flowgame](#)“, mit dem sich verschiedene Reaktions- und Technikspiele während des Lockdowns realisieren und in das Heimtraining einfließen lassen.



- **20.02., Online:** NTU Online-Infoveranstaltung über Zoom (VfL-Teilnehmer: Trainer Dennis Gösling).
- **27.03., Online:** NTU Vollkontakt Wettkampfregelein über Zoom (VfL-Teilnehmer: Trainer Dennis Gösling).
- **26.05., Bad Essen:** Endlich! Nach 207 Tagen (ca. 7 Monaten) ist das Training wieder erlaubt. Vorerst aber nur draußen und in Kleingruppen. (Anmerkung: Mitte April war das Training für eine Woche wieder freigegeben worden, da die Inzidenz kurzzeitig unter dem Schwellenwert lag. Die Woche drauf war alles wieder dicht...).



- **02.06., Bad Essen:** Erstes Training in der Halle unter Einhaltung der üblichen Hygiene-Maßnahmen (u.a. Abstand u. MNS im Eingangsbereich, Kleingruppen, Handdesinfektion).



- **04.07., Hannover:** NTU Leistungszirkel. Unter Einhaltung der aktuellen Hygienevorschriften fanden sich knapp 40 hoch motivierte Sportlerinnen und Sportler ein (VfL-Teilnehmer: Inga Schleußinger, Mayla Aubke, Hendrik Warnecke, Judith Vallo, Trainer Dennis Gösling).



- **17.07., Bad Essen:** Kleines Sparringtreffen mit Freunden aus dem Münsterland (VfL-Teilnehmer: Inga Schleußinger, Mayla Aubke, Jana Bockhöfer, Daniil Burlavoc, Judith Vallo, Trainer Dennis Gösling; Münsterland-Teilnehmer: Jana Naujoks, Frieda Steinkühler).



- **18.07., Georgsmarienhütte:** NTU Kaderlehrgang Vollkontakt, erstmals nicht mehr unter der Leitung von Landestrainer Hayati Yardim, sondern Kaderathlet Ivan Bulanovic (VfL-Teilnehmer: Inga Schleußinger, Mayla Aubke, Judith Vallo, Trainer Dennis Gösling).



- **22.07., Bad Essen:** Kup-Prüfung beim VfL Lintorf. Von den 16 angemeldeten Sportlerinnen und Sportlern haben alle bestanden. Prüfer war Wolfgang Falke (5. Dan) vom TSV Bad Eilsen.



- **29.07., Bad Essen:** Ferientraining in Kleingruppen und Deutsches Sportabzeichen unter Einhaltung der Hygieneregeln.



- **25.08., Niedersachsen:** Bund und Land beschließen die 3G-Regelung. Demnach darf u.a. ab einer bestimmten Inzidenz (>50) nur noch Sport in Innenräumen ausgeübt werden, wenn man geimpft, genesen oder getestet ist.

- **16.10., Ochsenhausen:** Deutsche Meisterschaft U21
 - Inga Schleußinger
 - Coach: Dennis Gösling

Teilnehmer: 1
 Achelfinale



- **31.10., Georgsmarienhütte:** Kaderlehrgang unter der Obhut von Ivan Bulanovic. (VfL-Teilnehmer: Inga Schleußinger, Mayla Aubke, Judith Vallo, Trainer Dennis Gösling).



- **31.10., Online:** TKD Classic Poomsae mit 12 VfL-Teilnehmer/innen: Inga Schleußinger, Felix und Jonas Niemann-Meinberg, Sisan und Mayla Aubke, Hedwig Klenke, Hartmut Schunke, Sönke Polatzek, Daniil Burlacov, Dominik Kohlhoff, Klaus Ribbe, Lukas Schmidt



- **13.11., Sachsen-Anhalt: Final-X Sachsen-Anhalt**

- Inga Schleußinger
- Mayla Aubke
- Judith Vallo
- Daniil Burlacov
- Coach: Dennis Gösling

Teilnehmer: 4

- 1. Platz
- 3. Platz
- 3. Platz
- 3. Platz



- **22.11., Niedersachsen:** Bund und Land beschließen die 2G(+)-Regelung. Demnach darf nur noch Sport in Innenräumen ausgeübt werden, wenn man geimpft oder genesen und die Sportler/innen ü18 zusätzlich getestet sind. Aufhebung ungewiss...
- **27.11., Münster:** Aufgrund der COVID-19 Pandemieentwicklung sind die Präsidien der Deutschen Taekwondo Union e.V. („Veranstalter“) und der Nordrhein-Westfälischen Taekwondo Union e.V. („Ausrichter“) gemeinsam zu der Entscheidung gelangt, die geplante Deutsche Einzelmeisterschaft im olympischen Zweikampf der Senioren und der Jugend A in Münster kurzfristig abzusagen.



- **27.11., Bad Essen:** Kup-Prüfung beim VfL Lintorf. Von den 21 angemeldeten Sportlerinnen und Sportlern haben alle bestanden. Prüfer war Wolfgang Falke (5. Dan) vom TSV Bad Eilsen.



KÄMPFEN auf koreanische ART



„Taekwondo lehrt Geduld und Bescheidenheit. Das Miteinander fördert soziale Kompetenzen. Insbesondere beim Wettkampf lernen die Kinder, ihren Partner zu respektieren und mit ihm zu trainieren. So hat Taekwondo einen großen Einfluss auf das Selbstvertrauen und das Selbstwertgefühl sowie das Erkennen der eigenen Schwächen und Stärken“, sagt Dennis Gössling.

Presse 2021

01.07.2021 – Osnabrück und Umgebung (Magazin „sportlich unterwegs“)



Trainer Dennis Gössling mit dem sportlichen Nachwuchs.



INFO

Taekwondo ist eine koreanische Sportart. Gefördert werden neben den motorischen Grundeigenschaften Kondition und Koordination auch die persönliche Leistungsfähigkeit von Körper und Geist, Selbstvertrauen, Selbstsicherheit und Selbstwertgefühl. Es gibt verschiedene Disziplinen. Kämpferinnen können nach und nach durch Prüfungen verschiedenfarbige Gürtel („Kup“) erhalten, von Weiß aufsteigend bis Schwarz.



Text: Tobias Romberg | Fotos: Dennis Gössling

Der 34-Jährige muss es wissen. Er ist Trainer und Abteilungsleiter beim VfL Linorf. Und die Linorfer sind – neben dem Landesstützpunkt beim Polizei-SV Georgsmarienhütte – Taekwondo-Hochburg in unserer Region. Sie räumen seit Jahren bei Deutschen und anderen Meisterschaften ab. Einige Beispiele: Luisa Korte gewann 2016 Silber für die U14 Osnabrück bei den Deutschen Hochschulleistungschaften. Arne Brüggenmann holte 2019 Bronze bei den Deutschen Meisterschaften (U15). Und auch Inga Schleißinger gewann zuletzt 2020 Bronze (U18).

Trainer Gössling freut sich nicht nur über diese Medaillen, sondern auch über Erfolge bei Teamwettbewerben. Der VfL Linorf kam beispielsweise bei den Niedersachsenschulschaften 2017 auf den zweiten Platz. Trainiert wird nicht in Linorf, sondern in Bad Essen. Dennis Gössling kam – nach einem kurzen Abscheer zum Fußball – als Siebenjähriger durch seine Cousine zum Taekwondo. „Ein Sport, bei dem ich für meinen Erfolg und meine Fehler allein verantwortlich bin, lag mir damals einfach mehr, weil man seinen Anteil an dem Erfolg direkt sehen konnte, sei es mit einer neuen Gürtelfarbe oder Medaille. Auf derartige Ereignisse trainiert man natürlich trotzdem gemeinsam im Team hin“, sagt Gössling.

Seine ersten Trainer waren Spartenmitbegründer Klaus Dittmann und Abteilungsleiter Andreas Bischoff. „Damals hätte ich nie daran gedacht, dass ich 25 Jahre später selbst einmal die Abteilung weiterführen würde. Ein bisschen stolz war ich schon, als mir die beiden das 2018 vorge schlagen haben“, so Gössling. Stolz kann der VfL Linorf aber auch auf Dennis Gössling sein, der mit viel Einsatz dafür sorgt, dass Taekwondo in der kleinen Gemeinde weiterhin eine große Rolle spielt.

Gössling hatte bereits ab 2014 selbst ein Team auf die Beine gestellt. Talente beim Kindertraining gesichtet, Basislehrgänge für den Landesverband in den eigenen Hallen ausgerichtet und mit den jungen Kämpferinnen und Kämpfern an Turnieren in West- und Norddeutschland teilgenommen. Die Taekwondo-Abteilung beim VfL Linorf hat derzeit 121 aktive Mitglieder. Etwa die Hälfte ist 15 Jahre oder jünger.

Mit Taekwondo im VfL Lintorf „sehr zufrieden“



Foto: VfL Lintorf

BAD ESSEN Kurz bevor der nächste Shutdown den Sportbetrieb wieder zu schließen droht, konnte die Taekwondo-Abteilung des VfL Lintorf mit Hygienekonzept und 2G ihre letzte Gürtelprüfung in diesem Jahr noch erfolgreich zu Ende bringen. 21 Sportlerinnen und Sportler haben sich seit der letzten Prüfung, die aufgrund der begrenzten Trainingszeit im Sommer nur für die bis Gelbgrün-Gurte bestimmt war, vorbereitet. So konnte das Trainerteam nun auch den frisch

gekürten Dan-Anwärterinnen Sisan Aubke und Judith Vallo (12 und 13 Jahre) einen erfolgreichen Abschluss ermöglichen und in die einjährige Vorbereitung bis zur Schwarzgurtprüfung starten. In drei Stunden gaben alle Taekwondo-Athleten ihr Programm zum Besten. Keiner gab seine Prüfungsform verloren, wie Prüfer Wolfgang Falke (5. Dan) vom TSV Bad Eilsen anmerkte, der mit den dargebotenen Leistungen sehr zufrieden war.

© NOZ – Wittlager Kreisblatt

Medaillenspiegel 2021

(Vollkontakt – ausschließlich erkämpfte Plätze)

WETTKÄMPFER	TURNIER	JAHR	PLATZ	KLASSE
Mayla Aubke	Final-X Sachsen-Anhalt	Nov. 2021	GOLD	JA -52 LK1
Daniil Burlacov	Final-X Sachsen-Anhalt	Nov. 2021	BRONZE	JC -39 LK2
Inga Schleußinger	Final-X Sachsen-Anhalt	Nov. 2021	BRONZE	JA -52 LK1
Judith Vallo	Final-X Sachsen-Anhalt	Nov. 2021	BRONZE	JB -44 LK2
Inga Schleußinger	Deutsche Meisterschaft U21	Okt. 2021	Achtelfinale	Jun -53 LK1