4 Jacken
4 Jahrzehnte

Die Taekwondo-Abteilung des VfL Lintorf e.V. feiert 40-jähriges Bestehen

1984 – 1993

Die Abteilung Taekwondo wurde 1984 von Heiner Kleinfeld, Klaus Dittmann und Frank Strasdat unter dem “Dach” des VfL Lintorf gegründet. Seither finden die Trainingsstunden in der Sporthalle der Oberschule Bad Essen statt.

Es folgten die Aufnahme in den niedersächsischen und deutschen Taekwondo-Fachverband, der dazu befähigte auch bundesweit anerkannte Gürtelprüfungen abzulegen sowie an Vergleichswettkämpfen teilzunehmen. Außerdem konnte die Taekwondo-Abteilung auf so manchen Sportlerbällen und Festivals ihr Können bei Bruchtests und Schaukämpfen unter Beweis stellen (**Foto 01**, **Foto 02**). Viel Beifall und neue Mitglieder waren der Lohn.

Foto 01 (1986)

Foto 02 (1986)

Bereits ein Jahr nach der Abteilungsgründung musste Frank Strasdat berufsbedingt vom VfL schon wieder Abschied nehmen. In Gifhorn baute er sich 1987 eine eigene Taekwondo-Sektion auf. So traf man sich später auf dem ein oder anderen Turnier und Lehrgang aufs Neue. Auch als Prüfer beim VfL trat Frank später noch mehrere Jahre in Erscheinung und blieb seiner alten Heimat und dem VfL treu.

Somit lag die Bewältigung der Trainingsstunden vorerst in den Händen von Klaus Dittmann und Heiner Kleinfeld. Heiner fungierte nebenher als erster Abteilungsleiter, ehe Andreas Bischoff dieses Amt 1993 übernahm.

Ab 1986 wurden bereits erste Trainingslager ausgerichtet (**Foto 03**) und Selbstverteidigungskurse angeboten (**Foto 04**) sowie die ersten Turniere auf Landesebene ausgetragen (**Foto 05**), welche den Sport vor allem in der Region bekannter machten und für einen regen Mitgliederzulauf sorgten. Die Sparte Taekwondo hatte sich mittlerweile fest im VfL Lintorf etabliert.

Foto 03 (1985)

Foto 04 (1989)

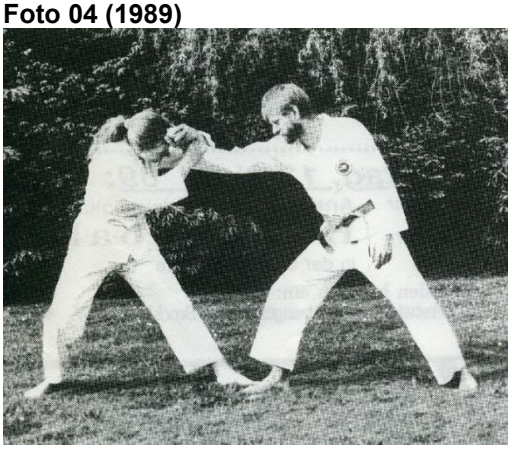
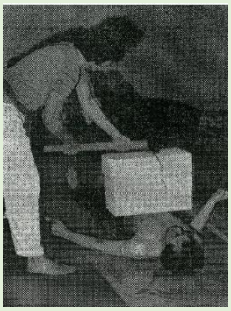


Foto 05 (1987)



1994 – 2003

Die ersten Platzierungen ließen ebenfalls nicht lange auf sich warten (**Foto 06**). 1995 erreichte das siebenköpfige Vollkontakt-Team des VfL Lintorf beim Schüler- und Jugendturnier in Damme einen beachtlichen 5. Platz in der Mannschaftswertung (**Foto 07**).

Foto 06 (1994)

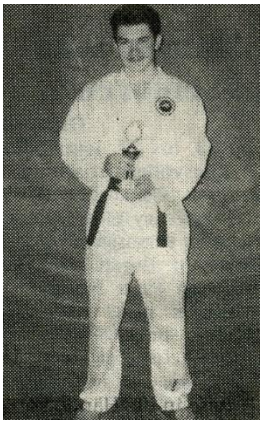


Foto 07 (1995)

Ein Jahr später errang die Taekwondo-Abteilung beim offenen Heide-Vollkontaktturnier in Soltau mit einmal Gold, zweimal Silber und viermal Bronze den 6. Platz in der Vereinswertung bei immerhin 27 teilnehmenden Vereinen des gesamten Bundesgebietes (**Foto 08**). Zum krönenden Abschluss der Wettkampfsaison konnten sich Manuela Stumpf, Claudia van Nüss und Simone Klausmeyer für die Niedersachsenmeisterschaft qualifizieren.

Im selben Jahr erwarben Joachim Pletschmüllers, Klaus Ribbe und Alexander Hessenkamp die Trainer-C-Lizenz. Mit Haupttrainer Klaus Dittmann waren es damit vier lizensierte Übungsleiter, was den mittlerweile schon übervollen Kindergruppen zugutekam. Unterstützung gab es auch von der Orthopädie-Schuhtechnik van Nüss durch die Bereitstellung des Firmenwagens und der Beschaffung von Sweatshirts mit Abteilungsemblemen (**Foto 09**).

Foto 08 (1996)

Foto 09 (1995)

Nach einer längeren Pause, die auf dem berufsbedingten Ausfall des Wettkampftrainers Joachim Pletschmüllers beruhte, gingen die Kampfsportler des VfL unter der Betreuung von Klaus Dittmann und Kai Gausmann bei den Kreismeisterschaften 1999 in Osnabrück wiederum in neuer Besetzung an den Start und erzielten prompt gute Ergebnisse, was auch auf ein neues Trainingskonzept zurückzuführen war (**Foto 10**).

Die Taekwondo-Abteilung erlebte in den Folgejahren einen ungebrochenen Zulauf, vor allem beim Nachwuchs. Im Schüler- und Jugendbereich nahm der VfL innerhalb Niedersachsens ähnlich wie im Volleyball eine Spitzenposition auch im Leistungsbereich ein. Bei regionalen und überregionalen Meisterschaften wurden hervorragende Ergebnisse erzielt. Erfolgreichster Turniersportler war um die Jahrtausendwende Lars Dittmann, der neben diversen Turniererfolgen Niedersachsenmeister in der Kategorie Vollkontakt wurde (**Foto 11**).

Kai Gausmann legte 2000 vor dem Landesprüfungsausschuss der NTU als erster Schüler im VfL die Prüfung zum 1. Dan und ein Jahr später zum 2. Dan ab (**Foto 12**).

Foto 10 (1999)

Foto 11 (2000)

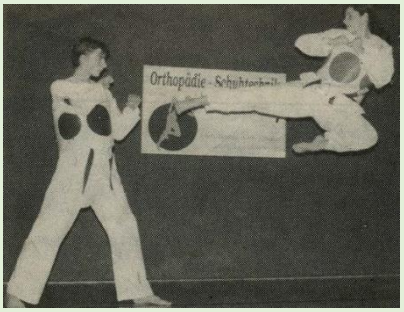
Foto 12 (2001)

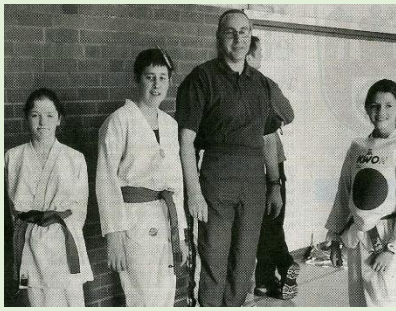
2003 gelang es zum ersten Mal in der NTU-Geschichte in der Länderwertung den zweiten Platz bei der Int. Deutschen Poomsae-Meisterschaft zu belegen, da die ersten beiden Plätze bisher immer von den teilnehmerstarken NWTU- und BTU-Verbänden belegt wurden. Kai Gausmann hatte sich ebenfalls qualifiziert und erreichte bei seiner ersten Teilnahme einen beachtlichen 8. Platz von 20 Startern (**Foto 13**). Infolge wurde er in den Landeskader Formen berufen.

Zur selben Zeit kehrte Joachim Pletschmüllers wieder zum Verein zurück und stand nunmehr neben Klaus Dittmann, Andreas Bischoff, Klaus Ribbe und Kai Gausmann als einer von fünf ausgebildeten Trainern zur Verfügung (**Foto 14**). Ein Jahr später verließ Kai Gausmann den VfL, da er sein Studium an der Uni Göttingen aufgenommen hatte.

Foto 13 (2003)

Foto 14 (2003)


Orthopädie - Schuhtechnik

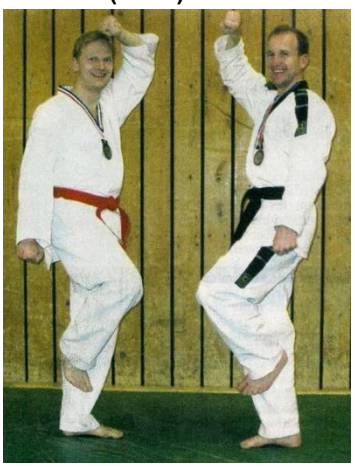


2004 – 2013

Die Medaillenerfolge rissen auch in den Jahren von 2002 bis 2008 nicht ab. Über 40 Formen- und Vollkontaktturniere wurden besucht. Erste Plätze im Vollkontakt erkämpften wiederholt Lars Dittmann, Jennifer Langer und Dominic Chow (**Foto 15**). Verdient im Formenbereich machten sich vor allem Joachim Pletschmüllers und Kai Gausmann. Auch Swen Schlüter konnte sich auf den vorderen Medaillenrängen platzieren (**Foto 16**).

Foto 15 (2003)

Foto 16 (2007)



2005 und 2007 wurden beiläufig des ganzen Turnierstresses gemeinsame Trainingseinheiten mit dem Sportverein Borkum bei Trainingscamps auf der gleichnamigen Nordseeinsel ausgerichtet. Neben der koreanischen Kampfsportart kamen auch Beachvolleyball, kühles Nordseewasser, ein bisschen Regen und natürlich viel Spaß und gute Laune nicht zu kurz (**Foto 17**).

Foto 17 (2005)

Gürtelprüfungen mit über 30 Prüflingen waren bislang keine Seltenheit. Dies wurde allerdings 2008 bei weitem übertroffen, als unter den Augen von Prüfer Frank Kniephoff 50 Prüflinge den nächsten Gürtelgrad anstrebten (**Foto 18**). Und dass Taekwondo auch ein Sport für die ganze Familie ist, bewiesen die Schunkes 2005 für ein ganzes Jahrzehnt (**Foto 19**), bis sich Hartmut und Sohnemann Marvin 2015 mit der bestandenen Prüfung zum ersten Schwarzgurt belohnten (**Foto 20**).

Foto 18 (2008)

Foto 19 (2005)

Foto 20 (2015)

Joachim Pletschmüllers stellte unterdes mit Lena Friedrich, Elisa Fehre, Birte Hansen, Jan Brethold und Swen Schlüter ein neues Demo-Team auf die Beine, das in Osnabrück den Taekwondo-Sport im Landkreis vertrat (**Foto 21**).

Im Rahmen des Kooperationsprogramms zwischen Schule und Sportverein, fanden in der Sporthalle Lintorf wiederholt Selbstbehauptungskurse für Kinder der vierten Klassen der Grundschule und ihre Eltern statt. Klaus Dittmann und Joachim Pletschmüllers stellten in den kommenden Jahren mit Rollenspielen und mit Unterstützung der Polizeidienststelle Bad Essen verschiedene Gefahrensituationen dar und verrieten, was Kinder tun können, um sich und andere zu schützen (**Foto 22**).

Foto 21 (2005)

Foto 22 (2007)

2008 entdeckte die Abteilung den Formen-Bereich wieder für sich. Bei den 1. Ender Open Technik in Herdecke (NRW) zeigten 11 Lintorfer unter der Leitung von Joachim Pletschmüllers Top-Leistungen und sammelten fleißig Medaillen. Sechsmal Gold, dreimal Silber und zweimal Bronze sprangen heraus. In der Mannschaftswertung wurde der 3. Platz von 11 Vereinen belegt (**Foto 23**). Durch diesen Erfolg beflügelt, starteten die Lintorfer einen Monat später gleich noch mal in NRW. Über 500 Sportler aus 42 Vereinen traten zu diesem Technikturnier an, wobei die Lintorfer mit 17 Sportlern vertreten waren. Auch hier zeigten sich die Niedersachsen bärenstark. Viermal Gold, zweimal Silber und einmal Bronze sowie zehnmal unter den Top Ten bedeutete unter dem Strich Platz 5 von 42 Vereinen (**Foto 24**).

Foto 23 (2008)

Foto (2008)

Im Sommer 2008 legten Elisa Fehre als erste Frau und Jan Bretholt mit 16 Jahren als jüngster Taekwondo-Meister des VfL erfolgreich ihre Schwarzgurtprüfung ab (**Foto 25**).
Im Dezember 2010 folgte Luisa Korte mit 13 Jahren als jüngste und zugleich erste Poom-Trägerin des VfL (**Foto 26**). Bis zum Alter von 15 Jahren wird der schwarze Gürtel als Poom bezeichnet und erst danach als offizieller Dan anerkannt.

Foto 25 (2008)

Foto 26 (2010)

2014 – 2023

Dennis Gösling, ein ehemaliger Schüler mittlerer Stunde (1994 bis 2007), kehrte 2012 nach seinem Wehrdienst und Bachelorstudium zum VfL zurück und brachte sich direkt aktiv ins Vollkontakttraining – seiner Lieblingsdisziplin – ein, um an den vergangenen Erfolgen der Abteilung wieder anzuknüpfen (**Foto 27**). Anfänglich unterstützte er Klaus Dittmann und Joachim Pletschmüllers noch beim Wettkampftraining, ehe er das Wettkampfteam ab 2014 zunächst alleine und später mit der Unterstützung durch Luisa Korte und Hendrik Warnecke trainierte und auf Turnieren betreute (**Foto 28**).

Foto 27 (2012)

Foto 28 (2015)

2017 gelang dem Trainer-Trio auf der Niedersachsen-meisterschaft in Bomlitz der erste Streich, bei dem das junge 15-köpfige Team unter 26 Vereinen mit neun Gold-, drei Silber- und drei Bronzemedaillen den 2. Platz in der Mannschaftswertung erreichte (**Foto 29**).

Foto 29 (2017)

Ab diesem Zeitpunkt wurde der olympische Vollkontaktsport immer mehr zum Aushängeschild für die Abteilung. Zwischen 2012 und 2023 wurden allein im Vollkontakt-Bereich an 80 Turnieren teilgenommen sowie 49 Sparringstreffen und 24 Basis- bzw. Kaderlehrgänge besucht oder gar selbst organisiert (**Foto 30**). Durch die zahlreichen Unternehmungen wurden nebenbei neue Kontakte und Freundschaften über die Landesgrenze hinaus geknüpft.

Foto 30 (2016)

Den ersten Aufschwung erlebte das Wettkampfteam mit den Geschwistern Cora und Simon Hanrath, die zusammen von 2012 bis 2017, neben 15 Gold-, 10 Silber- und 3 Bronzemedaillen, mehrere niedersächsische und norddeutsche Meistertitel erkämpften (**Foto 31**). Aus privaten und schulischen Gründen konnte die Teilnahme an der ersten Deutschen Meisterschaft, sowohl aus Sportler- als auch Abteilungssicht, leider noch nicht realisiert werden.

Foto 31 (2014)

Dies gelang zuerst Luisa Korte, die 2016, nach ihren Erfolgen auf Landesebene, auf der Deutschen Hochschulmeisterschaft in Friedberg (Hessen) den Vizetitel errang (**Foto 32**). Dadurch qualifizierte sie sich im Folgejahr für die Europäische Studentenmeisterschaft in Portugal und vertrat zusammen mit Betreuer Dennis Gösling die Universität Osnabrück (**Foto 33**).

Foto 32 (2016)

Foto 33 (2017)

Übertrumpft wurde dieser Erfolg durch die vier Landeskaderathletinnen Inga Schleußinger, Mayla Aubke, Tami Galaschek und Judith Vallo. Zwischen 2015 und 2023 erkämpften die Power-Mädels zusammen 106 Medaillen auf nationalen und internationalen Turnieren, darunter 36mal Gold, 30mal Silber und 40mal Bronze (**Foto 34**). Alleine 42 Medaillen davon errang Inga Schleußinger auf 59 Turnieren in 87 Kämpfen. Neben bislang drei Bronzemedaillen auf Deutschen Meisterschaften in der Kadetten- und Jugend-Klasse, kann Inga auch vier Teilnahmen auf Weltranglistenturnieren in den Niederlanden, Belgien und Luxemburg für sich verbuchen (**Foto 35**). Damit ist sie die bislang erfolgreichste Wettkämpferin im VfL und schmückt seit 2020 unsere neue Collection (**Foto 36**).

Foto 34 (2018)

Foto 35 (2020)

Foto 36 (2021)

Neben all den Erfolgen im Vollkontakt ging beinahe unter, dass Marie Bretholt 2015 nach erfolgreichem Sichtungs- und Vorbereitungs-lehrgang sowie einem respektablen 2. Platz unter elf Startern bei dem ersten NTU Poomsae-Turnier in Bomlitz den Sprung in den NTU Landeskader Technik schaffte, was zuvor nur Kai Gausmann und Joachim Pletschmüllers gelang (**Foto 37**). Von da an besuchte Marie für einige Jahre zusammen mit Betreuer Joachim etliche Kaderlehrgänge und erreichte auf Landesebene des Öfteren die Finalrunde und das Siegerpodest gegen starke inländische Konkurrenz, für die Niedersachsen mittlerweile im Formenbereich bekannt geworden ist.

Foto 37 (2015)

Auch im Prüfungs- und Vereinswesen hatte sich einiges getan. Neben den halbjährlich stattfindenden Sommer- und Winter-Kupprüfungen mit stets bis zu 30 Prüflingen (**Foto 38**), hat die Abteilung seit ihrem Bestehen mittlerweile 24 Dan-Anwärter erfolgreich auf die Schwarzgurtprüfung vorbereitet. Dennis Gösling, Luisa Korte und Hendrik Warnecke erlangten 2018 die Trainerlizenz, während Klaus Dittmann und Joachim Pletschmüllers sich im Schulsport weiterbildeten (**Foto 39**). Ebenfalls die Schulsportlizenz und zusätzlich die Prüferlizenz legte Dennis ab, der 2019 auf der Jahreshauptversammlung des VfL Lintorf zum neuen Abteilungsleiter der Sparte Taekwondo ernannt wurde und damit Andreas Bischoff als ehemaligen langjährigen Abteilungsleiter nach gut 26 Jahren ablöste.

Foto 38 (2018)

Foto 39 (2018)

Anfang 2020 rollte dann Corona an (**Foto 40**). Von den Maßnahmen blieb auch die Taekwondo-Abteilung, gerade als Voll- und damit Nahkontaktsportart, nicht verschont und musste vorrübergehend die Hallen schließen. Übergangsweise wurde zunächst Training auf Distanz über Videochat und im Freien durchgeführt (**Foto 41**), ehe mit Hygiene-Konzepten und G-Maßnahmen der Trainingsbetrieb langsam wieder aufgenommen werden konnte. 2022 hatte sich das Geschehen schließlich soweit normalisiert, dass der Trainings- und Turnierbetrieb wieder an Fahrt aufnahm.

Foto 40 (2020)

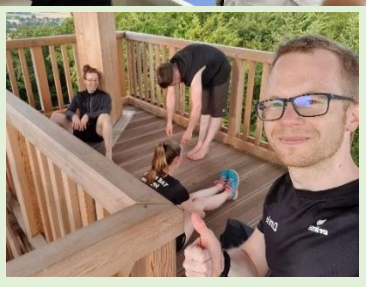
Foto 41 (2021)

Seit einigen Jahren wird die Trainer-Leitung um Dennis Gösling, Luisa Korte und Hendrik Warnecke tatkräftig von den Schülerinnen Mayla Aubke, Inga Schleußinger, Sisan Aubke und Judith Vallo beim Kindertraining unterstützt (**Foto 42**). Mit diesem jungen und engagierten Team an der Seite kann die Taekwondo-Abteilung des VfL Lintorf auch die nächsten 40 Jahre bestreiten und auf zahlreiche Erfolge und neue Talente hoffen (**Foto 43**).

Foto 42 (2023)

Foto 43 (2023)

MATCH 143 RESULT
WINNER
SCHLEUSSINGER . (GER)



Landeskader
Niedersachsen

2
1
3

Trainerinnen & Trainer

Klaus Dittmann	1983 bis heute	C-Lizenz 1983, Taekwondo-Lehrer 2009, Schulsport-Lizenz 2018
Frank Strasdat	1983 bis 1984	C-Lizenz 1983
Heiner Kleinfeld	1983 bis 1990	C-Lizenz 1983
Andreas Bischoff	1986 bis heute	
Klaus Ribbe	1990 bis heute	C-Lizenz 1996
Alexander Hessenkamp	1990 bis 2001	C-Lizenz 1996
Joachim Pletschmüllers	1994 bis 2020	C-Lizenz 1996, Schulsport-Lizenz 2018
Kai Gausmann	1998 bis 2004	C-Lizenz 2003, Kampfrichter-Lizenz 1999
Swen Schlüter	2007 bis 2014	C-Lizenz 2009
Lena Friedrich	2008 bis 2010	
Luisa Korte	2010 bis heute	C-Lizenz 2018
Dennis Gösling	2012 bis heute	C-Lizenz 2018, Schulsport-Lizenz 2018, WT Coach-Lizenz 2020, Prüfer-Lizenz 2022
Hendrik Warnecke	2015 bis heute	C-Lizenz 2018
Inga Schleußinger	2020 bis heute	
Mayla Aubke	2020 bis heute	
Sisan Aubke	2022 bis heute	
Judith Vallo	2022 bis heute	

Dan-Trägerinnen & -Träger

2000	Kai Gausmann (1. Dan)
2001	Kai Gausmann (2. Dan)
2002	-
2003	Andreas Bischoff (1. Dan), Klaus Ribbe (1. Dan)
2004	Joachim Pletschmüllers (1. Dan)
2005	-
2006	-
2007	Joachim Pletschmüllers (2. Dan)
2008	Elisa Fehre (1. Dan), Jan Bretholt (1. Dan)
2009	Swen Schlüter (1. Dan), Joachim Pletschmüllers (3. Dan), Lena Friedrich (1. Dan)
2010	Luisa Korte (1. Poom), Rolf Uhlmann (1. Dan)
2011	-
2012	Claudia Wettstein (1. Dan)
2013	Victoria Wilmering (1. Dan), Luisa Korte (2. Dan), Klaus Ribbe (2. Dan)
2014	Dennis Gösling (1. Dan)
2015	Marvin Schunke (1. Dan), Marie Bretholt (1. Dan), Hartmut Schunke (1. Dan), Dennis Gösling (2. Dan), Luisa Korte (3. Dan), Joachim Pletschmüllers (4. Dan)
2016	-
2017	Hendrik Warnecke (1. Dan), Paul Bischoff (1. Dan), Martina Langer (1. Dan), Hedwig Klenke (2. Dan), Dennis Gösling (3. Dan), Klaus Ribbe (3. Dan)
2018	Hendrik Warnecke (2. Dan)
2019	Inga Schleußinger (1. Poom), Mayla Aubke (1. Poom)
2020	-
2021	-
2022	Judith Vallo (1. Poom)
2023	Steffen Niemann-Meinberg (1. Dan), Sisan Aubke (1. Poom), Hedwig Klenke (3. Dan)

Prüfungsbeste

1985	Sabine Schlacke
1986	Claus Pikutzki
1987	Sezgin Varol
1988	Kirsten Bünemann
1989	Hilke u. Wenke Glameyer
1990	Alexander Hessenkamp
1991	Arzu Malkoc
1992	Joachim Pletschmüllers
1993	Joachim Pletschmüllers
1994	Kai Gausmann
1995	Jakob Schäfer
1996	Simone Klausmeyer
1997	Claudia van Nüss
1998	Kai Gausmann
1999	-
2000	Kirsten Franzke, Dennis Gösling
2001	Kirsten Franzke
2002	Udo Scholz
2003	Jan Bretholt
2004	Dominic Chow, Lars Dittmann
2005	Swen Schlüter
2006	Elisa Fehre, Lena Friedrich
2007	Sandra Müller
2008	Evelin Müller
2009	Luisa Korte
2010	Marie Bretholt
2011	Elisabeth Wilmering, Marie Bretholt
2012	Hartmut Schunke
2013	Leonie Vehring
2014	Max Bischoff
2015	Hendrik Warnecke
2016	Tami Galaschek, Inga Schleußinger
2017	Martin Schuster
2018	Dana Müller
2019	Devin Kuhlmann, Oxana Schäfer
2020	-
2021	Daniil Burlacov
2022	Jonas Ribbe
2023	Malte Albertmelcher

Medaillenspiegel Vollkontakt (2012 – 2023)

WETTKÄMPFER	GOLD	SILBER	BRONZE	Medaillen	Turniere	Kämpfe
Inga Schleußinger	18	12	12	42	59	87
Simon Hanrath	8	4	1	13	13	18
Cora Hanrath	7	6	2	15	17	28
Tami Galaschek	7	3	7	17	21	26
Mayla Aubke	6	12	17	35	43	56
Arne Brüggemann	5	10	5	20	23	32
Hendrik Warnecke	5	6	4	15	22	27
Jasmin Webert	5	3	5	13	13	17
Judith Vallo	5	3	4	12	13	18
Maik Kotulla	5	1	1	7	7	8
Konstantin Alker	4	1	4	9	10	11
Melanie Kotulla	4	1	-	5	7	10
Evelyn Webert	3	6	6	15	16	20
Jana Bockhöfer	2	6	2	10	11	14
Dennis Gösling	2	5	4	11	12	12
Sisan Aubke	2	4	3	9	10	12
Jason Gottfried	2	3	4	9	10	15
Martin Schuster	2	-	-	2	2	3
Luisa Korte	1	4	-	5	6	8
Gabriel Duarte	1	3	6	10	12	15
Josefine Wendt	1	2	5	8	12	17
Daniil Burlacov	1	1	4	6	8	12
Dominik Kohlhoff	-	3	-	3	3	4
Alia Wilker	-	2	1	3	6	8
Sofia Hausfeld	-	2	-	2	2	2
Joel Sieker	-	2	-	2	2	2
Elisabeth Wilmering	-	1	3	4	4	5
Zeynep Celik	-	1	2	3	3	3
Lea Tönjes	-	1	2	3	3	4
Leo Hausfeld	-	1	1	2	2	3
Jonas Niemann-M.	-	1	1	2	2	2
Alona Schmidke	-	1	-	1	1	1
Leandro Nierhaus	-	1	-	1	2	2
Elias Schultz	-	1	-	1	1	1
Steffen Niemann-M.	-	-	2	2	2	2
Malte Albertmelcher	-	-	2	2	2	3
Max Golubev	-	-	1	1	1	1
Sönke Polatzek	-	-	1	1	1	1
Devin Kuhlmann	-	-	1	1	1	1
Lukas Schlüter	-	-	1	1	1	1
Paul-Luca Alker	-	-	1	1	1	1
	78	101	103	282		