

## Taekwondo

Die Taekwondo – Abteilung gibt es seit März 2008 und zählt somit zu den jüngeren Abteilungen des Vereins. Bereits im April 2008 zeigte sich, dass das Interesse an dieser koreanischen Kampfkunst in Adenau existent und eine entsprechende Nachfrage vorhanden war.

Seitdem haben sich viele Neugierige zwischen 6 und 60 Jahren diese waffenlose Selbstverteidigung und dynamische Kampfkunst angeschaut, die meisten sind dabei geblieben, so dass im April 2009 diese Abteilung ihren 100. Sportler begrüßen konnte.

Am 24.03. und am 25.11. 2010 fanden die zweite und dritte Gürtelprüfung der Sportlerinnen und Sportler statt. Zugelassen waren alle Sportlerinnen und Sportler, welche sich durch Trainingsfleiß ausgezeichnet und so entsprechend vorbereitet hatten. Bei der Prüfung im November waren dies 31 Aktive.

Über den weißen Gürtel mit gelben Streifen freuen sich aus der Kindergruppe Lara Püring, Jillian Probst, Niklas Gärtner und Luisa Szymanski, den gelben Gürtel erhielten Lea Kasper, Miriam Bauer, Leander Grauer, Ann Kathrin Justen, Jana Poll und Luisa Wittersheim.

In der Gruppe der Jugendlichen und Erwachsenen erhielten den weißgelben Gürtel Andreas Marquardt, Anna Maria und Johannes Szymanski, Jessica Witt, Mirco Thelen, Christian Justen und Daniel Ceak. Die Prüfung zum gelben Gürtel bestanden: Eva Kürsch, Daniel Prämaßing, Sebastian Radermacher, Phil und Ron Weigert sowie Gabriel Wolff. Gelbgrün tragen nun: Alex Becker, Chris Biehl, Benedikt Kürsch, Sebastian Meyer und Johann Witt.

Abschließend demonstrierten die Höchstgraduierten der jungen Abteilung des TuWi Adenau e.V. in einer anspruchsvollen und anstrengenden Prüfung ihr Können und dürfen sich nun über den grünen Gürtel freuen: Wolfhard Klein, Milan Dung und Benjamin Lacic.



2. Taekwondo Gürtelprüfung im TuWi Adenau am 24.03.2010

Ein weiteres Ereignis für die Abteilung war die Vorführung am 12.09.2010 beim Familienfest am Nürburgring, bei welcher sich die Aktiven in einer Vorführung präsentieren konnten. Die zweite Demonstration fiel leider durch das Eifelwetter bedingt aus.

Seit dem 25.02.2009 bietet der Verein speziell für Kinder neue Trainingseinheiten an:



Kindgemäßes Taekwondo, Selbstverteidigung und Spiele.

Der Verein reagierte hiermit auf zahlreiche Anfragen zu einer Erweiterung des Angebotes für diese Altersgruppe.

Den Kindern wird innerhalb der neunzigminütigen Trainingseinheiten neben dem Erlernen der grundlegenden Taekwondotechniken die Möglichkeit

gegeben, sich zu verausgaben, zu spielen, miteinander regelkonform zu raufen, sich untereinander zu messen und angestaute Energie abzubauen.

Ein weiterer, zentraler Inhalt dieses, speziell für Kinder ausgelegten Angebotes ist der Abbau von Bewegungsmangel, der Ausgleich von Bewegungsdefiziten, eine Steigerung der Beweglichkeit sowie der konditionellen Fähigkeiten im Allgemeinen und das Toben innerhalb Spielformen mit differenten Zielsetzungen.



Das Training dieser asiatischen Kampfkunst und olympischen Sportart findet montags in der Gymnastikhalle des Gymnasiums und donnerstags in der Realschulturnhalle statt. Für Kinder von 6 bis 11 Jahren von 16.30 – 18.00 Uhr, für Jugendliche und Erwachsene von 18.00 – 20.00 Uhr. Geleitet wird diese Gruppe von Martin Grauer. Der Realschul- und Diplomsportlehrer betreibt Taekwondo bereits seit 24 Jahren, besitzt den III. Dan und die TKD Trainer – A Lizenz.

Weitere Informationen sind erhältlich unter [www.tuwiadenau.de](http://www.tuwiadenau.de), Tel.:02691/ 931540 oder Tel.: 02691/ 933150

***Martin Grauer***