



## Abteilung Tae-Kwon-Do

**In den vergangenen Wochen war die Abteilung Tae-Kwon-Do sehr aktiv**

### Kup-Prüfungen am 30.3.2009

Am Montagabend trafen sich ca. 40 Mitglieder von sehr jung (7 Jahre) bis sehr erwachsen (ca. 50 Jahre) zum Ablegen ihrer Gürtelprüfungen.

Von der hellsten Farbe (gelb) bis zur dunkelsten Schülerfarbe (rot-schwarz) wurden alle Niveaus geprüft.

Das Trainerteam hat in den Monaten zuvor exzellente Arbeit geleistet, so dass alle Schüler die Prüfung bestanden haben.

**Hier ein paar Expressionen:**



### Dan-Vorbereitungs-Lehrgang in Gerlingen am 9. Mai 2009

Für besonders erfahrene und gute Schüler besteht die Möglichkeit, den Meistergrad (= 1. Dan = schwarzer Gürtel) zu erhalten. Dazu bedarf es einer sehr langen Vorbereitungsphase im Vereinstraining und einiger überregionaler Vorbereitungs-Lehrgänge.

In solchen Lehrgängen werden alle Elemente des Tae-Kwon-Do (Tul, 1-, 2-, 3-Schritt-Kampf, freier Kampf, Selbstverteidigung und Bruchtest) durch langjährige Großmeister (ab 4. Meistergrad) zusätzlich geschult.

4 Mitglieder unserer Abteilung fuhren zu einem dieser Kurse nach Gerlingen. Unter ca. 20 weiteren Meisteranwärtern wurde fast 6 Stunden hart trainiert. Die Belastung ist dort weit größer als in einem „normalen“ Vereinstraining.

Die nächsten Dan-Prüfungen werden zeigen, wie gut die 4 tatsächlich vorbereitet sind.

**Hier ein paar Expressionen:**

