

## Taekwon-Do- und Taekwondo-Aerobic-Prüfungen mit -Seminar

# Matthias Hoppler erreichte den 2.Dan

G. Kürzlich haben die zweimal im Jahr stattfindenden Taekwon-Do-Gürtelprüfungen mit anschliessendem Seminar in der Davoser SAMD-Aula stattgefunden.

Geprüft wurden über 20 Schüler und Schülerinnen, die eine Gürtelbeförderung anstrebten, beginnend vom weissen Gurt bis zum Träger des 2. Dan. Nach einem umfangreichen Prüfungsprogramm wurde das neu erworbene und vertiefte Wissen der Schüler auf die Probe gestellt, wie z.B.: grundsätzliche Körperbeherrschung in Form von Grundlagen mit Angriff- und Abwehrtechniken sowie unterschiedliche Tritte. Träger höherer Gurte mussten Ihr Können mit gesprungenen Techniken unter Beweis stellen. Zudem wurden die Disziplinen, Formen (vorgeschriebene Kampfbewegungen gegen imaginäre Gegner, vergleichbar mit einem Kürlauf) und Schritt-Techniken (Angriff und Verteidigungstechniken mit Partner) sowie die Selbstverteidigung geprüft.

Auf die Anwärter höherer Gürtel wartete die berühmte Prüfung und Königsdisziplin im Taekwon-Do, nämlich der Bruchtest. Dabei müssen die Perfektion, der Schlag und die Tritt-Techniken sowie die mentale Stärke gezeigt werden, indem Holz- oder Kunststoff-Bretter zerbrochen werden müssen.

Matthias Hoppler überzeugte die Jury durch ausgezeichnete Kombinationen bei den Hyongs, im Bruchtest und in der Kategorie Kampf. Er zeigte eine der besten Schwarzgurt-Prüfungen seit



Mit viel Schwung und Elan zeigten die Mitglieder von Taekwon-Do Aerobic ihre Formen.

Bestehen des Taekwondo International (1982) in Davos.

Die beste Prüfung bei den Farbgurten erreicht **Francis Lauener** mit ausserordentlich guten Fusstritten.

Mitglieder des neueren Zweiges des Taekwon-Do (geleitet von Sandra Camenisch), das Taekwondo Aerobic, wurden ebenfalls in ihrer Entwicklung und Reife geprüft. Anders wie beim Kampfsport werden statt Gürtel, farbige Handbandagen vergeben, die den Status des Sportlers ausdrücken. Körperbeherrschung, Koordination und die korrekte Ausführung der Techniken sowie Dehnungs- und Aufwärmtechniken sind bei den Aerobic-Prüfungen gefragt.

Im Anschluss an die Prüfungen wurde

während 2 Stunden mit allen Mitgliedern beider Schulen ein vielfältiges Seminar abgehalten. Dabei wurden diverse Techniken und neue Formen gezeigt und vertieft. Taekwon-Do Aerobic kam ebenfalls zum Zug. Stolz zeigten die Taekwondo Aerobic-Mitglieder ihre schwungvollen Choreografien, begleitet von fetziger Musik.

Renato Marni, Fadri Erni, Beni Garrido und Sandra Camenisch sind als Trainer stolz, all ihren Schülern ihre Beförderung mitteilen zu dürfen und dem-

nächst ihre neuen Gürtel und Handbandagen auszuhändigen.

Interessierte können übrigens auf der Homepage [www.taekwon-do.ch](http://www.taekwon-do.ch) unter Archiv die Fotos und Videos des vergangenen Samstags betrachten.

**Resultate:** Thomas Gerster (rot), Angelo Marchetti (blau), Francis Lauener (blau), Maurus Radelow (grün), Angela Treis (gelb).

Kinder: Bane Petrovic (blau), Andrin Nagele (gelb), Leonie Voltz (gelb), Tim Voltz (grün), Man Stefan (gelb).



In den Prüfungen ging man zur Sache...!



Matthias Hoppler in der Königsdisziplin, im Bruchtest.