

## Gürtelprüfung bei TKD Elite Berlin

Es war ein sehr erfolgreicher Tag für alle 16 Prüflinge. Alle Prüfungsteilnehmer der Taekwondo – Kup – Prüfung des TKD Elite Berlin haben bestanden und ihre Aufgaben mit Bravour gemeistert. 16 Kinder im Alter von 5 bis 13 Jahren fieberten nach monatelanger Vorbereitungszeit ihrer Gürtelprüfung entgegen. Die Kindergruppe wurde vom Trainer Cem Caliskan intensiv auf diesen Tag vorbereitet.



### Die koreanische Kampfkunst Taekwondo

Taekwondo ist eine sehr Facettenreiche koreanische Kampfkunst Es gibt viele Einzeldisziplinen, die in einer Prüfung vorkommen.

Die **Bewegungsformen** sind als Gesamtheit, also eine Aneinanderreihung von Einzeltechniken und Schritten zu sehen. Sie folgen einem vorgeschriebenen Kampfplan. Dieser Kampfplan sieht vor, dass man sich gegen einen oder mehrere Gegner, aus unterschiedlichen Richtungen, zu wehren hat. Größtmögliche Kraft, Schnelligkeit und Genauigkeit ist gefordert.

Die **Partnerübungen** sind eine Art von Zeremonie bestehend aus Angriff als auch von Abwehr – Konter mit einem Partner, ohne sich zu verletzen. Mit oder ohne sind beide Akteure in völlig selbständigen Aktionen im Rahmen von strengen Wettkampfregeln gebunden.

Bei der **Selbstverteidigung** werden Angriffe am „Mann“ praktiziert. Dazu gehören Halt, Wurf und Klammerangriffe am Dobok oder Körper. Diese Angriffe werden entsprechend abgewehrt und der Angreifer wird kampfunfähig gemacht.

Die **Fachausdrücke** sind in allen Disziplinen mit eingebunden. Sie zu kennen und zu verstehen ist fortwährendes Ziel und Voraussetzung im Leben einer Taekwondokas.

Der **Bruchtest** wird mit einem Fichtenholzbrett in der Größe von ca. 30 x 30 cm durchgeführt. Dem Gelingen des Bruchtestes wird hohe Bedeutung zugemessen. Daneben werden Haltungen, Technik und Ausführung bewertet.

Alle Teilnehmer wurden in den Fachbereichen Grundschule, Formen (vorgeschriebener Kampf gegen mehrere unsichtbare Gegner), Partnerübungen, Selbstverteidigung, sowie in Theorie und Geschichte über den Kampfsport Taekwondo geprüft.

Durchgeführt wurde die Prüfung von Günter Ixmann (4. Dan). Er ist der amtierende Präsident des Taekwondo Verband der Länder Berlin und Brandenburg (TVBB) und gilt als einer der führenden und erfahrensten Experten des Prüfungswesen im TVBB.

Firras El-Ammar (11 Jahre), Prüfling zum Blau-Gurt, hat eine neue Erfahrung gemacht: Ein 20 mm dickes und 30 x 30 cm großes Fichtenholz – Brett, mit einer Fuß – Technik zu „zerstören“ und das auf Anhieb. Dies war nur möglich, weil er das Vertrauen an sich und an die richtige Technik hatte. Gutes Training zur Perfektion der Technik sowie starken Willen waren Garant für diesen Erfolg. Er hat nun das „Fortgeschritten – Level“ erreicht.

Prüfungsbester in allen Kategorien war in der Kindergruppe (5 bis 13 Jahre) der fünfjährige Adel El-Ammar und bei den Mädchen die elfjährige Imannur Gül. Es war ein sehr erfolgreicher Tag für alle 16 Prüflinge. Alle Teilnehmer der Taekwondo – Kup – Prüfung des TKD Elite Berlin bestanden ihre Aufgaben mit Bravour, so dass der Prüfer am Ende allen Sportlern ihre Urkunden mit der neuen Graduierung überreichen konnte.

Die Prüfung zum Weiß / Gelb – Gurt (9. Kup) haben bestanden: Önder Akyol, Imannur Gül, Walid El-Darwich und Adel El-Ammar.

Die Gelb – Gurt – Prüfung (8. Kup) haben bestanden: Lee-Ann Steffens, Mikadder Sahbaz, Raiyyan Saaifan, Bedri Akyol, und Muhamed Aziz.

Die Gelb / Grün – Gurt (7.Kup) haben bestanden:Ömer Sivrikaya, Cynthia Ihlenfeld, Ahmad Osman und die Geschwister Pamela Patrik und Claudia Nitzschke.

Die Prüfung zum Blau-Gurt (4. Kup) hat Firras El-Ammar bestanden.

**HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH ☺!**