



**TAEKWONDO**

**TuS Esingen e. V.**

## **Jahresrückblick 2022**

Nach den sehr durch die Corona-Pandemie gekennzeichneten Jahren 2020 und 2021, ging es in 2022 wieder Stück für Stück zurück in Richtung „Normalität“. Durch das Jahr hindurch konnte der reguläre Trainingsbetrieb weitgehend wieder aufgenommen werden und es standen eine Reihe von Vorhaben, die in den letzten beiden Jahren nicht realisiert werden konnten, auf dem Plan.

### **Abteilungsleitung**

Im Rahmen der Abteilungsversammlung im März kandidierte der bisherige Abteilungsleiter Theo Jappe nicht erneut für dieses Amt. Als Nachfolger wurde unser Trainer und Sportler Frank Steffen in dieses Amt gewählt, der auch in seiner Funktion als Pressewart wiedergewählt wird. Die bisherigen Vertreter stellten sich erneut zur Wahl und wurden in ihrem Amt bestätigt.

### **Turnierteilnahmen**

In 2022 nahmen unsere Sportler wieder an diversen Präsenztornieren auf unterschiedlichen Leistungsstufen teil.

Im Breitensportbereich nahmen wir mit 10 Sportlern aus allen Leistungsstufen am Fun Cup in Gettorf teil und belegten dort auf diesem Poomsae-Turnier insgesamt den 3. Platz in der Vereinswertung. Vier dieser Sportler nahmen ebenfalls an weiteren Poomsae-Breitensportturnieren in Niedersachsen und Bayern teil und konnten auch dort mit 3x Gold, 1x Silber und 4x Bronze überzeugen. Im Vollkontaktbereich nahmen unsere Sportler Felix Schwering und Saif Galib an einem Breitensportturnier in Niedersachsen teil und erkämpften sind jeweils Silber in ihrer Klasse.



Im Leistungs- und Hochleistungssportbereich stellten unsere Sportler Antonia Raster, Katharina Zamberg und Frank Steffen ihr Können auf verschiedenen Landesmeisterschaften, einem Bundesranglistenturnier und der deutschen Meisterschaft bzw. dem Deutschen Jugend Cup unter Beweis. Am Ende des Jahres hieß es auf Landesebene: 1x Silber (Vize-Landesmeisterin) in Poomsae für Katharina Zamberg, 2x Gold (Landesmeister) und 1x Bronze in Poomsae für Frank Steffen.

Aber auch auf Bundesebene zeigten unsere Sportler eine respektable Leistung: Auf allen Turnieren auf Bundesebene standen unsere Sportler im Finale und auf dem Deutschen Jugend Cup holte Antonia Rastar Gold in Freestyle und Silber in Poomsae sowie Katharina Zamberg jeweils Bronze in Freestyle und Poomsae.

## **Aufnahme in den Landeskader**

Im Frühjahr wurden vier unserer jugendlichen Sportler (Lino Bade, Antonia Rastar, Jenna Schaar und Katharina Zamberg) nach einem Sichtungslehrgang in den Landesperspektivkader Freestyle aufgenommen. Im Erwachsenenbereich wurde unserer Trainer- und Sportler Frank auf Grundlage seiner Turnierfolge in 2021 nach einem Sichtungslehrgang in den Landeskader Technik aufgenommen. Damit konnten unsere Sportler im Verlauf des Jahres an diversen Kadermaßnahmen teilnehmen und Frank Steffen auf den Turnieren auf Bundesebene für die schleswig-holsteinische Landesauswahl starten.

## **Taekwondo Lehrgänge, Weiterbildungen & Prüfungen**

Auch in 2022 nahmen unseren Sportler wieder an diversen Lehrgängen und Weiterbildungen statt. Eine Gruppe von 5 Sportlern besuchte zusammen mit unserem Sportler und Trainer Theo Jappe den Bundesbreitensportlehrgang in Bad Segeberg. Darüber hinaus brachte Theo Jappe sein Wissen in Sachen Taekwondo-Prüfungen auf einer Prüferweiterbildung, die ebenfalls in Bad Segeberg stattfand, auf den neuesten Stand. Unserer Trainer und Sportler Frank Steffen besuchte einen Bundesbreitensportlehrgang in Lauenau und aktualisierte seinen Kenntnisstand im Bereich Poomsae und Freestyle auf dem Bundeskampfrichterlehrgang in Nürnberg und im Bereich Vollkontakt auf einem Landeskampfrichterlehrgang in Ellerhoop. Darüber hinaus nahm Frank Steffen am Poomsae Seminar von koreanischen Großmeister Kang in Sindelfingen teil. Kang gilt weltweit als die Autorität im Bereich Poomsae und ist auch Verfasser führenden einschlägigen Fachliteratur.

Immer noch bedingt durch die Corona-Pandemie fand bei uns im Verein in 2022 nur eine Schülergradprüfung (Kup-Prüfung) statt, der sich 6 Sportler stellten. Am Ende des Tages wurden diese mit der von ihnen angestrebten Graduierung belohnt. Auf Bundesebene stellte sich unserer Sportler und Trainer Frank Steffen nach vierjähriger Vorbereitungszeit der Prüfung zum 5. Dan. Zusammen mit 13 weiteren Sportlern nahm er an der ersten bundesweiten Bundes-Dan-Prüfung seit 2019 für die Graduierungen vom 4. bis 8. Dan teil. Frank Steffen überzeugte durch seine Leistung und wurde vom Prüfungsgremium mit der besten gezeigten Leistung am Prüfungstag ausgezeichnet. Grund genug für die Lokalpresse einmal ausführlich über die Taekwondo-Leidenschaft von Frank Steffen zu berichten.



Aber neben seiner Taekwondo-Prüfung stellte sich Frank Steffen in 2022 vorher noch einer weiteren Herausforderung.

## Taekwondo Defense (TKDD)

Zu Beginn des Jahres nahm Frank Steffen an einer insgesamt 13-tägigen Intensivausbildung in Taekwondo Defense (TKDD) beim koreanischen TKDD-Begründer Großmeister Kim teil und schloss diese erfolgreich mit dem 2. Dan in TKDD und einer damit verbundenen Instructor und Prüferlizenz ab. Damit war Frank Steffen einer der ersten drei Träger des 2. Dans in TKDD außerhalb von Europa.



TKDD ist eine moderne und realistische Selbstverteidigung, die im Gegensatz zu anderen Selbstverteidigungsstilen gezielt Taekwondo-Techniken nutzt und sich als Ergänzungsangebot zum „normalen“ Taekwondo versteht. Da TKDD im Alltag real anwendbar sein soll, wird, im Vergleich zum „normalen Taekwondo“, nicht zwingend eine ausgeprägte Kondition und extreme Beweglichkeit benötigt. Damit ist TKDD insbesondere auch für Kampfsportneueinsteiger – auch im Ü40-Erwachsenenbereich – bestens geeignet.

Zum Ende des Jahres nutzte Frank Steffen dann noch einmal die Gelegenheit sein Wissen in Sachen TKDD im Rahmen eines weiteren 4-tägigen Seminars mit Großmeister Kim zu festigen und auszubauen.

## Erweiterung des Trainingsangebot und Wachstum der Abteilung

Mit Frank Steffens Intensivausbildung in TKDD war für uns auch der Weg frei TKDD offiziell in unser Trainingsangebot aufzunehmen – damit waren wir der erste Standort Norddeutschland an dem TKDD offiziell unterrichtet wurde. Im Juni legten vier unserer Sportler ihre erste Prüfung in TKDD ab. Eine besondere Premiere: Dies war die erste TKDD-Schülergradprüfung (Kup-Prüfung) in Europa.



Ein Ereignis, dass nicht nur in der Taekwondo Fachzeitschrift „Taekwondo Aktuell“ Beachtung fand, sondern über das auch in mehreren Beiträgen der Lokalpresse berichtet wurde. Hiervon inspiriert wuchs die Gruppe der TKDD-Sportler in der Abteilung deutlich, so dass wir am Ende des Jahres an der raumbedingten Kapazitätsgrenze angelangt waren und im Dezember bereits die nächste TKDD-Schülergradprüfung durchführen konnten.

Da bei einigen der Neuzugänge auch das Interesse für das normale Taekwondo geweckt wurde, entschlossen wir uns ab Herbst unter der Leitung unserer Sportlerin und Trainerin Monika Wagner einen neuen Taekwondo-Anfängerkurs für Erwachsene und insbes. Ü-40iger anzubieten. Auch dieser Kurs, den wir auf verschiedenen Wegen beworben hatten, fand einen sehr guten Zuspruch, so dass auch hier die Raumkapazität gerade ausreichte.

Im Ergebnis konnten wir damit über das zweite Halbjahr hinweg unsere Mitgliederanzahl im Erwachsenenbereich um rd. 85% steigern. Aber auch im Kinder- und Jugendbereich ist es gelungen, die Mitgliederanzahl um rd. 25% zu erhöhen, so dass wir in 2022 insgesamt ein Mitgliederwachstum von rd. 45% verzeichnen konnten.



## **Ausblick auf 2023**

### ***Turniere***

Für die aktiven Sportler ist die Teilnahme an diversen Poomsae- und Wettkampfturnieren geplant. Je nach entsprechendem Leistungsstand stehen dabei Turniere auf lokaler Ebene bis hin zu internationalen Turnieren im In- und Ausland auf dem Plan.

### ***Lehrgänge & Prüfungen***

Auch in 2023 planen wir wieder – je nach Leistungsstand und Ausrichtung der Sportler und Trainer- den Besuch einer Reihe von Lehrgängen auf Landes- und Bundesebene. Sowohl im Bereich Taekwondo wie auch TKDD sind im Verlauf des Jahres jeweils zwei bis drei Schülergradprüfungen (Kup-Prüfungen) geplant. Über die erste Taekwondo-Prüfung der in 2022 neu gestarteten Erwachsenen und Ü40-Sportler ist eine Berichterstattung in der Lokalpresse zugesagt. Fener plant unsere Sportlerin und Trainerin Monika Wagner auf der Landes-Dan-Prüfung ihre Prüfung zum 3. Dan abzulegen. Unser Sportler und Trainer Frank Steffen strebt den Erwerb der DOSB Trainer B Lizenz an.

### ***Entwicklung des Mitgliederbestandes***

Bei einem weitgehend unveränderten Trainingsangebot streben wir für 2023 ein moderates Wachstum sowohl im Kinder- und Jugendbereich als auch bei den Erwachsenen/Ü40-ern an.

### ***Anschaffung neuer Matten***

Ein wichtiges Anliegen für 2023 ist die Anschaffung neuer Matten für unseren Trainingsraum, der bauseitig mit einem „Betonboden“ ausgestattet ist. Die aktuellen Matten sind schon sehr in die Jahre gekommen und das Auf- und Abbauen wird zunehmend mühseliger. Ebenfalls ist mit dem aktuellen Zustand unserer Matten, die diverse Beschädigungen aufweisen, ein erhöhtes Verletzungsrisiko verbunden.

### ***Jubiläums-Breitensportlehrgang: 15 Jahre Taekwondo TuS Esingen***

Im September wollen wir unser Jubiläum mit einem großen Breitensportlehrgang feiern. Für diesen Lehrgang für den wir in 6 Hallensegmenten Sportler aus ganz Norddeutschland erwarten, konnten wir eine Reihe hochkarätiger Referenten aus allen Teildisziplinen des Taekwondos gewinnen, die u.a. auf Erfolge wie Weltmeister- und Europameistertitel zurückblicken können. Drei der Referenten sind derzeit als Bundes- bzw. Landestrainer aktiv.