



Abteilungsleiter:
René Schulze

Taekwondo kommt in die Wohnzimmer

Ab Mitte März musste coronabedingt der normale Trainingsbetrieb der Taekwondo-Abteilung des TV Jahn Walsrode komplett eingestellt werden.

Doch es dauerte nicht lange, bis, Dank der Kreativität von Übungsleiterin Sonja Bower, den Aktiven nur kurze Zeit später ein völlig neues Trainingsmedium, das Online-Training mittels App, angeboten wurde.

Dabei konnten alle Interessierten zu den bekannten Übungszeiten einmal eine etwas andere Art der sportlichen Betätigung nutzen. Es ging nicht vorrangig um prüfungsrelevante Trainingsinhalte, sondern vielmehr um Muskelaufbau, Fitness und Spaß am gemeinsamen Sport, wenn auch nur virtuell.

Ein tolles Angebot für alle Freunde des Kampfsports. Daher wunderte es nicht, dass beim Online Training viele Teilnehmer vor dem Bildschirm ihres Handys oder Tablets mit von der Partie waren. Die nächste ‚Lockerung‘ im Trainingsbetrieb folgte dann Mitte Mai.

Erneut war es Sonja Bower, die für alle Mitglieder ab 12 Jahre die Möglichkeit organisierte, auf dem Eckernworth-Sportplatz einmal wieder in Kleingruppen von max. 15 Teilnehmern zusammenzukommen, um u. a. Grundtechniken und Ausdauer zu verbessern.

Selbstverständlich stets unter Einhaltung der strengen Sicherheitsvorschriften und Abstandsregeln.

Auch dieses Angebot wurde von den Kampfsportlern sehr zahlreich genutzt. Anfang Juni durfte nach dem Lock-

down dann erstmals auch wieder in der Sporthalle der Grundschule Vorbrück zu den üblichen Zeiten trainiert werden. Allerdings nur mit max. 10 Personen und nach wie vor unter erheblichen Abstands- und Hygieneauflagen.

Nach vorheriger schriftlicher Anmeldung konnten die Trainer die Gruppen mit der höchstzulässigen Teilnehmerzahl verbindlich einteilen.

Da die Nutzung der Umkleiden nicht gestattet war, mussten die Aktiven bereits in ihren Anzügen (Doboks) an der Halle erscheinen.

Vor Beginn eines jeden Trainings standen u.a. erst einmal Desinfektionsmaßnahmen auf dem Programm. Jeder Taekwondoka durfte sich zudem nur auf vorgeschriebenen, auf dem Hallenboden markierten Bereichen bewegen und die Halle auch nur auf bestimmten Laufwegen verlassen.

Eltern mussten zudem vor der Halle auf ihr Schützlinge warten und durften sich nicht in der Halle aufhalten.

Trotz dieser und zahlreicher anderer Einschränkungen bewiesen insbesondere die Trainer Sonja Bower, Daniel Bistriz, Gesa Gürtler, Anna Strauch und Dr. Katrin Radatz sowie René Schulze als Abteilungsleiter - mit sehr viel persönlichem und zeitlichem Engagement - wie gut Taekwondo-Training auch in dieser schwierigen Zeit funktionieren kann.

Dafür ein ganz herzliches Dankeschön!