

Unsere Mitgliederzahl hat sich erfreulicherweise kontinuierlich noch oben entwickelt, so dass wir aufgrund des Bedarfes seit einiger Zeit 3 Gürtelprüfungen im Jahr durchführen. Die dritte Prüfung 2025 fand nun am 22. November in der Sporthalle des Dörfel-Gymnasiums statt. 20 kleine und große Sportler/innen hatten sich im Vorfeld angemeldet und vom Trainer zugelassen. Aus verschiedenen Gründen waren es am Tag der Prüfung 18 Teilnehmende plus 2 Sportlerinnen vom ASC Ronneburg.

Der Beginn der Veranstaltung war für 9.15 Uhr vorgesehen und damit es auch möglichst pünktlich losgehen konnte, war die Halle bereits 8.45 Uhr für alle geöffnet. Erfreulicherweise waren kurz vor 9.00 Uhr nicht nur alle Prüfungsaspirant/innen und deren Eltern anwesend, sondern auch einige unserer Danträger/innen, die an dem Tag helfend zur Seite stehen wollten. Also ging es mit dem gemeinsamen Aufwärmen los, welches von Patryk und Odin angeleitet wurde. In der Zeit konnte unser DTU-Prüfer René Richter (6. Dan) alles für den pünktlichen Start vorbereiten.

Nachdem sich alle zur Begrüßung aufgestellt hatten und René noch ein paar Sätze zum Ablauf gesprochen hatte, konnte es losgehen. Besonders aufgereggt waren Carlos und Norbert, war es für sie doch die erste Gürtelprüfung. Wie üblich begannen die Weiß- und Weiß-Gelb-Gurte mit dem Bahnen laufen der Grundtechniken, welche jeweils von Patryk 2–3-mal vorgezeigt wurden. In dieser Graduierung waren es überwiegend

Einzeltechniken, die gekonnt werden mussten, wie z.B. der Block oben und unten, der Fauststoß oder der Vorwärtsschritt. Danach durften sich die Weißgurte zurückziehen und die Gelb-Grün-Gurte kamen hinzu. Dazu kamen nun auch einfache Mehrfachtechniken sowie etwas schwierigere Einzeltechniken. Dieser Wechsel ging so lange, bis die höchste zu prüfende Graduierung dran war. Dies waren Valentina und Clara, die den Blau-Rot-Gurt anstrebten. Natürlich wurden hier Einzel- und Mehrfachtechniken mit hohem Schwierigkeitsgrad in den verschiedenen Grundtechniken abgefragt. Alles in allem waren die Leistungen in dem Bereich gut, wenngleich es bereits hier Licht und Schatten



Gürtelprüfung am 22.11.2025

gab. So konnten die beiden Ronneburger Sportlerinnen, für die es auch die erste Prüfung war, mit ihrer Technikausführung mehr als überzeugen. Aber auch Enie lag über dem Schnitt. Und ja, es gab auch Teilnehmende, die in dem Bereich noch ein wenig Nachholbedarf haben. Weiter ging es dann mit dem Steppsparring in den unteren Graduierungen. Das sah bei allen sehr ordentlich aus, so dass gleich im Anschluss noch das Pratzensparring folgte. Auch hier gab es kaum Probleme, abgesehen davon, dass die Pratzen nicht immer ganz genau getroffen wurden. Anschließend waren die höheren Graduierungen an der Reihe. Sie hatten dabei schon schwierigere Aufgaben zu erfüllen. So erfolgte das Steppsparring räumlich und nicht mehr auf der Linie und auch beim Pratzensparring waren Doppeltechniken mit Eigensicherung gefragt. Was der Prüfer zu sehen bekam, lag schon über den Ansprüchen der Prüfungsordnung.

Nach dem Wettkampforientieren Teil ging es eher traditionell weiter. Zunächst begannen wieder die Weiß und Weiß-Gelb-Gurte und konnten zeigen, was sie bisher gelernt hatten. Vom einfachen Ausweichen, über

einfache Blöcke bis zu Einzel-Kontertechniken war alles dabei. Je dunkler dann der Gürtel wurde, um so höher die Ansprüche an die zu Prüfenden. Es mussten mehrere Angriffsvarianten und bis zu 3 Gegentechniken gekonnt und gezeigt werden. Das Ganze mit möglichst geringem Abstand zu dem/der Angreifenden. Das gelang in den meisten Fällen sehr gut.

Und weiter gings mit dem traditionellen Teil, nämlich dem Formenbereich. Die Aspirant/innen auf den Gelbgurt durften die Kreuzform (eine Vorstufe zu den regulären Taeguk-Poomsae) laufen. Das funktionierte bei allen super und so ging es dann mit den Taeguk weiter. Die Abläufe wurden sicher gekonnt, an der kraftvollen und korrekten Ausführung der Techniken darf bei einigen noch ein wenig gearbeitet werden. Mona und Zoe zeigten in der Gruppe neben den beiden Ronneburger Sportlerinnen mit die beste technische Ausführung der Techniken. Insgesamt war der Prüfer mit dem Gezeigten von allen zufrieden und so durften nun die Grün-, Grün-Blau- und Blaugurte ran, die unterdessen die komplette Wettkampfausrüstung angelegt hatten, um mit dem Situations- und freiem Sparring weiterzumachen. Hier konnten alle überzeugen, wenngleich bei manchen noch eine größere Vielfalt der Techniken wünschenswert gewesen wäre.

Im Anschluss an diese Sparringsrunden durften unteren Graduierungen wieder ran und sich den Fragen des Prüfers rund um unser Taekwondo stellen. Mitunter musste etwas

länger überlegt werden, aber dann kam doch noch die richtige Antwort. Einige schienen das „Theorieheft“ auswendig gelernt zu haben, so schnell kamen die Antworten. Nach dieser Frage – Antwort Runde durften die Grün-, Grün-Blau- und Blaugurte ihre Taeguk präsentieren. Die Abläufe und die Techniken waren sicher, können aber noch optimiert werden. Den besten Gesamteindruck dieser Gruppe konnte Enie erzielen.

Damit es niemanden zu langweilig wurde, ging es gleich mit der Fallschule weiter. Entsprechend der Graduierung mussten die Vorwärts- und die Rückwärtsrolle, das seitliche sowie das nach vorn und nach hinten Fallen gekonnt werden. Hier gab es keine Probleme. Kaum war die Fallschule beendet, wurde es in der Halle wieder ruhig. Das lag daran, dass Clara ihre Bruchtests durchführen wollte. Mit einer Arm- und einer Fußtechnik wollte sie die Bretter möglichst in der Mitte teilen. Beim Palkup-chigi (Ellbogenschlag) ließ sie dem Brett keine Chance, zack und durch! Beim gesprungenen Ap-chagi funktionierte es leider nicht ganz so perfekt. Trotz gut ausgeführter Technik fehlte die Durchschlagskraft und das Brett ging leider nicht kaputt.

Das dies die letzte Prüfungsdisziplin war, durften sich nun alle zurückziehen und darauf warten, dass der Prüfer die hoffentlich positiven Ergebnisse verkündet. Dann war es so weit, es wurde um Aufstellung gebeten. Nach einer kurzen allgemeinen Auswertung von René, gab auch der Ronneburger Trainer, Stev Brauner seine Eindrücke an die Sportler/innen weiter. Wie üblich



wurden die Namen der Teilnehmenden verlesen, die bestanden hatten und sich die entsprechende Urkunde abholen durften. Letztendlich hatten alle glückliche Gesichter und die Urkunde zur neuen Graduierung in der Hand. Jetzt wurden noch die entsprechenden Streifen angebracht sowie die neuen Gürtel übergeben und dann hieß es aufstellen für das Gruppenfoto. Ein großes Dankeschön

noch einmal an Sophie Buchholz, die für die zahlreichen Bilder sorgte, an Carmen Richter (Abteilungsleiterin), die für die Videomitschnitte verantwortlich war und natürlich an Kiara Grieger, Ian & Odin Penzel sowie Patryk Cwik die bei der Prüfung und als Prüfungspartner/in unterstützt haben.

Wir gratulieren noch einmal herzlich zu folgenden Graduierungen:

Weiß-Gelbgurt – Norbert Schobert und Carlos Geitel

Gelbgurt – Lena Köhler, Annabelle Bergner, Charlotte Bernhardt, Henning Stöckel, Mercedes Geitel und Gule Khelo

Gelb-Grüngurt – Marie-Luise Heinrich

Grüngurt – Mona Niebler und Jan Cwik

Grün-Blaugurt – Enie Schwichtenberg, Zoe Naeder und Nelly Götze

Blaugurt – Lena Kaufmann und Linus Lützkendorf

Blau-Rotgurt – Clara Ramsauer und Valentina Schaller

Taekwondo Team Weida

