

Seit die ostasiatische Kampfsportart Taekwondo im Jahr 2000 olympisch geworden ist, spürt der kleine Verband, die T.U.Saar, so etwas wie Aufbruchstimmung. Praktisch alle 354 Mitglieder – die meisten im Jugendalter – in den vier Vereinen sind aktiv. Landesmeisterschaften, regelmäßiges Training der Kader an der Sportschule führten zu ersten nationalen Erfolgen. Und so soll's mit einem zielorientierten Konzept weiter aufwärts gehen.

Ramona Spieker, 13, holt tief Luft: Mit einem Paldung (Fußkick) kickt die gut gewachsene junge Dame (13 Jahre) im Kampfanzug mit Schutzausrüstung nach vorne, mit dem gekonnten Düttschaggie (Drehfußkick) bringt sie jeden Gegner zu Fall. Bernhard Koniczek, (2. Dan), Landestrainer Kampf, beobachtet die Schützlinge seines Kaders beim Übungsgang auf der Matte in Halle 5 an der Sportschule genau. Ebenso wie sein Pendant Markus Klein, der im imaginären Bereich (Poomse) tätig ist. Anders beim echten Kampf, wenn die Fäuste blitzschnell vorschleunigen und der Kontrahent, fast akrobatisch, mit dem Fuß getroffen wird. Nicht alles ist erlaubt: Seinen Gegner an den Haaren zu ziehen, ihn zu beißen oder mit dem eigenen Kopf, Ellenbogen oder Knie auf ihn einzuschlagen, wenn er am Boden liegt.

Das Training für die fünf bis acht Jugendlichen ist hart und ringt dem interessierten Zuschauer Bewunderung ab. Etwa, wenn

Die (nicht immer)



Teilnehmer des Breitensport-Lehrgangs der T.U. Saar.

Jonas Klein, Lukas Schwarz oder Aileen Schnur ihre „Klappmesser“-Übung machen: 80 Liegestütze in einer Minute! Muskeln und Schnellkraft sind wie sonst nie gefordert. Wer schafft das schon?

Anstand und Etikette sind Grunddisziplinen der Kampfkunst. Nicht von ungefähr begrüßen sich die Taekwondoin (so heißen die Kämpfer) untereinander vor jedem Training oder Kampf, bezeugen so den Respekt vor dem Gegenüberstehenden (Lehrer, Mitschüler, Gegner). Die kleine Gemeinschaft setzt wie alle Kampfkünstler auf

sanfte Faust



körperliche Beweglichkeit, Kraft, Ausdauer und psychische Selbstsicherheit, Erkennen eigener Grenzen, Bescheidenheit und die Toleranz anderen Menschen (unabhängig von Rasse, Hautfarbe, usw).

Diese unwiderstehliche Dynamik ist es, die auch den saarländischen Fachverband unter Führung von Michael Graf auszeichnet. Seit Gründung der S.T.U. 1986, Diskrepanzen im Vorstand und Krach mit den koreanischen Großmeistern ist seit sechs Jahren Ruhe eingeleitet. Seit 1998, ein Jahr nachdem der Waderner Graf die Präsidentschaft übernommen hatte, gibt es regelmäßig Landesmeisterschaften, Kampf- und Punktrichterlehrgänge

sowie Nachschulungen. Die Vereine messen sich im Vergleich; eine Danprüfung (jährlich nach Bedarf der Vereine) war obligatorisch. „Aber das wäre ohne das engagierte Team, Stellvertreter, Landeskampf- und Prüfungsreferent, Kampf- und Punktrichter, Schatzmeister und Landestrainer nicht möglich gewesen“, ergänzt der Präsident.

2000 olympische Disziplin

Endlich: „2000 wurde unsere Disziplin olympisch,“ spürt der Vorstand neuen Elan. Das Kürzel wurde in T.U.Saar Taekwondo geändert. Unter den Fachverbänden im LSVS gedeiht die kleine Formation prächtig: „Wir

T.U. Saar

Adresse: Taekwondo-Union-Saar (T.U. Saar Taekwondo), Geschäftsstelle: Andreas-Limbachstr., 66539 Neunkirchen, Telefon: 06821/361365.

Geschäftsführerin: Maria Berlinghoff.

Internet: www.T.U.Saar.de

Bundesverband: Deutsche Taekwondo Union (DTU), Luisenstr. 3, 90762 Fürth, Telefon: 0911/9748888, Fax: 0911/9748890. 16 Landesverbände, 866 Vereine und 60 304 Mitglieder. – Präsident: Heinz Gruber.
e-Mail: office@dtu.de
Internet: www.dtu.de

Vorstand: Präsident: Michael Graf, Stellvertreter: Bernd Bauer und Peter Fuhr; Schatzmeisterin: Maria Berlinghoff, Kampfrichterreferent: Bernd Bauer, Pressereferent: Dirk Forster, Jugend: Daniel Mulinnus, Lehrwesen: Hans Eduard Meyer, Frauenreferentin: Evelyne Wald, Schriftführerin: Bettina Senzig.

Mitglieder: 354 in vier Vereinen.

Vereine: Taeguk Lebach, TKD Elm, TKD Landsweiler-Reden und TKD Sam Bardenbach.

Beitrag: ca. 4 – 10 Euro für Kinder; Erwachsene: 7 – 15 Euro.

Termine: 20. Februar: Kader-Lehrgang Poomse; 20. März: Selbstverteidigungslehrgang; 13. März, 24. April und 22. Mai: Kader-Lehrgänge Poomse, alle an der Hermann Neuberger Sportschule; 17. April: Vergleichskämpfe Klinkethalhalle Landsweiler/Reden; 16. Juli: Saarlandmeisterschaft S.M.Kampf, Elm, Sporthalle am Marktplatz; 8. Oktober: Saarlandmeisterschaft S.M. Poomse, Stadthalle Wadern. 4. bis 6. März: Deutsche Meisterschaft Senioren, Kadetten, Technik in Ingolstadt; 19. März: Bundesdanprüfung in Ingolstadt; 11. bis 17. April: World-Championships in Madrid; 1. bis 12. Juni: Deutsche Hochschulmeisterschaft in Köln.

Taekwondo

Das Wort Taekwondo hat folgende Bedeutung: Tae – Fußtechniken mit allen Fußteilen; Kwon – Faust- und Handtechniken; Do – ist in allen fernöstlichen Kampftechniken enthalten und bedeutet „Geistiger Weg oder geistige Einheit“. Beinhaltet ein harmonisches Miteinander von allen Lebewesen, Selbstbewusstsein und Stärke.

Die fünf Elemente

Poomse: Ein festgelegter harmonischer Bewegungsablauf von Angriffs- und Abwehrtechniken gegen einen imaginären Gegner. Wesentlich sind Atmung, Kraft, genaue Technik und Gleichgewicht. Alles das fördert Muskeln und Gesundheit. – Kurugi: Kampf – Kyokpa: Bruchtest. – Hanbon Kurugi: Stepps paarweise üben, Angriff, Abwehr und Konter links und rechts. – Hoschinsul: Selbstverteidigung.

Was sind Kup / Dan-Grade?

An der Farbe des Gürtels ist auch der Ausbildungsstand eines Taekwondo-Kämpfers erkennbar. Man unterscheidet zwischen zwei Gruppen: Schüler und Meister, also Kup-Grade und Dan-Grade. Bei jeder Gürtelprüfung müssen die Kämpfer ihre praktischen Kenntnisse aus der Schlagschule, den Boden- und Standtechniken beweisen. Aus dem müssen sie ihre Form (Poomse), bei höherem Gürtelgrad kommt noch der Bruchtest und die Selbstverteidigung dazu, beherrschen. In Deutschland umfassen die Schüler-Grade neun Kups, vom weißen bis zum braunen (Roten) Gürtel; die zehn Meistergrade unterteilen sich in schwarze Gürtel (1. bis 7. Dan), die man durch Prüfungen erwerben kann, und die (rot-weißen) auch Schwarzen (8. bis 10. Dan), werden nach besonderen Leistungen europa- und weltweit verliehen werden.



Foto: Honk

sind da gut aufgehoben“, wissen die Selbstverteidigungskünstler ihre Sportart „bestens gefördert.“ Gerade jetzt richtete sich die T.U.Saar bei ihrer Mitgliederversammlung in Lebach neu aus.

Mit finanzieller Unterstützung erwarben acht Dan-Träger die Trainer C-Lizenz. Bernd Bauer, Jörg Zender und Michael Graf bestanden ihre Prüfung zum Bundeskampfrichter. Mit Bernhard Koniczek, 2. Dan, wurde ein Landestrainer Kampf (Stellvertreter Burus Korkmatz, 2. Dan) installiert, der die Sichtungslahrgänge durchführt und nach geeigneten Talenten für den Landeskader spürt. Beide haben viel Erfahrung: Koniczek gewann bei vielen hochklassigen Wettkämpfen erste Plätze. Auch Markus Klein, 4. Dan, und Bernd Bauer, 3. Dan, erhielten den Auftrag, als Landestrainer Poomse einen Kader zu bilden. Eine spezielle Kampfmatte wurde angeschafft.

Die Anstrengungen trugen erste Früchte: Vor zwei Jahren wurden bei Vergleichskämpfen und bei der Landesmeisterschaft bis zu acht Vereine aus Luxemburg, Rheinland-Pfalz, Baden-Württemberg und Frankreich eingeladen, um den Stand der Schüler zu ermitteln. Einige Kämpfer aus dem Kader wurden im Team Luxemburg bei einem Länderkampf eingesetzt; beim Ranglistenturnier bei der TURP (Rheinland-Pfalz)

schaffte Daniel Molinnus 2001 (2. Kup.) den 2. Platz.

Gerne erinnern sich die aktiven Funktionäre an diese (besseren) Zeiten: Es war schon spektakulär, als ein Demo-Team des Saar-Verbandes unter Leitung von Michael Graf den neugierigen Besuchern der Verbrauchermesse „Welt der Familie“, bei der Unicef auf den Saarliesen, im Saarpark Center Neunkirchen oder dem Festival des Sports in Merzig freies Sparring mit leichtem Körperkontakt mit besonderen Kampftechniken Taekwondo hautnah präsentierte. Diese Demonstrationen werden nach Absprache auch von den Vereinen in der Region gerne durchgeführt.

Die T.U.Saar stand in voller Blüte, hatte mit T.U.S. Saarbrücken, T.U.W. Welschbach, T.U.N. Neunkirchen, TKD Zweibrücken, TKD Landsweiler-Reden, TKD Elm, Taeguk Lebach, dem Asia Kampfkunst Zentrum Saarbrücken und TKD Sam Bardenbach gleich acht Vereine und 469 Mitglieder. Doch drei Clubs arbeiteten nicht satzungsgemäß und mussten aufgeben; mit dem Tod von Jörg Zender (Welschbach) schied noch ein Verein aus. Diesen Aderlass hat der Landesverband inzwischen verkraftet. Ein Sparkurs wurde eingeleitet. Die vier aktiven Vereine – Lebach ist mit 146 Mitgliedern der Größte – sind finanziell gesund; halten Kontakt zu Schulen und Kommunen. Insgesamt wirken elf C-Lizenz-Trainer bei den wöchentlichen Übungsstunden. Bei Turnieren sind schon mal 150 Leute auf der Tribüne; Rundenkämpfe verfolgen nur etwa 30 Zuschauer.

„Die Eltern schicken ihre Kinder zu uns, damit sie die Kunst der Selbstverteidigung

Tabus beim Kampf

Taekwondo ist eine Vollkontakt-Kampfsportart (3 mal 3 min.) mit Schutzausrüstung. Unter die Gürtellinie schlagen oder Kicken ist Tabu, ebenso mit der Faust zum Kopf schlagen. Mit dem Fuß darf der Rumpf und der Kopf getroffen werden. Gewertet wird nach Punkten oder der Sieger wird durch K.O. ermittelt. Man sollte die ganze Bandbreite der verschiedenen Techniken beherrschen, Kondition und Schnellkraft haben und Siegeswillen besitzen. Ein guter Trainer, der einen Kämpfer einstellen kann, ist unbedingt notwendig.

Definition

Notwehr ist die Verteidigung, die erforderlich ist, um eine gegenwärtigen rechtswidrigen Angriff von sich oder einem anderen abzuwehren.

erlernen", weiß der vielseitige Präsident Michael Graf. Man braucht anfangs nur einen Jogginganzug – nach drei Wochen kostenlosem Probetraining bleiben die meisten Interessenten dabei und sind bald mit Vorwärtsfußtritt, mit Doppelfauststoß und Jagd-Step vertraut. Und die trainingsfleißigen Talente schaffen's dann wie Ruth Schanko in die Landeskader Poomse oder Kampf wie die Schülerinnen Corinna Bär und Ramona Spieker (beide Elm). Corinna Bähr erreichte schon 2003 den 5. Rang bei der Deutschen Jugendmeisterschaft; nahm im Vorjahr ebenfalls mit Alexander Krein und Ramona Spieker (alle Elm) an der „Nationalen" teil.

Dieses Quartett ist auch das sportliche Aushängeschild der Saarländer, behauptete sich in vielen Wettkämpfen. Die hoffnungsvollen Talente dominierten den Tiger Pokal in Pirmasens, den Coupe de Lorraine Nancy; spielten auch bei den Internationalen Cups von Hessen in Wiesbaden, am Bodensee in Friedrichshafen oder in Bingen und beim Barbarossapokal in Gelnhausen eine sehr gute Rolle. Dabei schoben sich auch Martin Senzig, Sebastian Becker und Markus Krein ins Blickfeld. Allerdings blieben den Elmern bei der DM der Kadetten in Neuss nur 9. Plätze.

T.U. Saar ein kompetenter Partner

Bundesweit ist die Gemeinschaft mitgliedermäßig nur „mini", aber noch vor Sachsen-Anhalt. Das Sagen haben natürlich die Größten wie Bayern und Nordrhein-Westfalen. Und sportlich spielen die Talente aus Elm oder Lebach eher noch keine Rolle. „Für unser Gesamtgefüge sind die Saarländer sehr wichtig", erklärt uns der Präsident des Bundes-

verbandes aus Fürth, Heinz Gruber: Sowohl im Leistungssportbereich als auch im Prüfungswesen sei die T.U.Saar stets „ein kompetenter Partner". Und Bundestrainer Waldemar Helm rät den rührigen Saarländern „noch mehr als bisher ins olympische Wettkampf-Taekwondo zu investieren und über die Landesgrenzen hinauszuschauen.". Auch die Trainer-Aus- und Fortbildung müsse intensiviert werden.

Einen festen Platz hat dennoch die Landesmeisterschaft, die 2004 in Poomse (Formen) neben den Saar-Vereinen zusätzlich mit TKD Bierbach, TKD Kaiserslautern, TKD Idar-Oberstein und Tomaso Luxemburg in Lebach über die Matte ging. Mit acht Gold-, vier Silber- und sechs Bronzemedallien gelang Lebach der Gewinn des Mannschaftstitels, vor Kaiserslautern und Elm. 2005, am 8. Oktober, wird die Landesmeisterschaft Poomse in Wadern in der Stadthalle durchgeführt Ausrichter ist der TKD Sam Bardenbach, der sein zehnjähriges Jubiläum feiert.

Der Verband ist mehr als kreativ, setzt auf den Breitensport: Erstmals fand vor drei Monaten ein Lehrgang unter Leitung der Landestrainer Kampf und Poomse in der Schloßberghalle Büschfeld statt. Die Resonanz macht Mut: fast 60 Teilnehmer waren begeistert und wollen wieder kommen.

„Wir sind auf richtigem Weg, unseren Sport an der Saar zu etablieren", blickt Präsident Michael Graf optimistisch in die Zukunft. Wenn der kleine Verband nach den überwundenen Rückschlägen weiter so fein arbeitet, wird man noch viel von Taekwondo im saarländischen Sport-Alltag hören.

▲ WOLFGANG WEBER

Zwischen Budda und Taoismus

Der Journalist staunt: Die junge olympische Disziplin Taekwondo stammt aus dem um 37 v. Chr. gegründeten koreanischen Königreich. Wandgemälde aus der Koguryo-Dynastie zeigten Kämpfer und Kampftechniken, die noch heute gebräuchlich sind. Die ostasiatische Kultur bestimmte die Entwicklung in vier Jahrtausenden, vor allem buddhistische und taoistische Einflüsse – geistige Konzentration, Meditation, Respekt vor den Meistern oder älteren Schülern – sind bis jetzt wirksam. In einer eigenen Zusammenfassung der DTU ist gar davon die Rede, dass Taekwondo zum wichtigsten Bestandteil koreanischer Identität wurde. Nach dem 2. Weltkrieg und der Teilung in Nord- und Südkorea begann auch für Taekwondo ein geteiltes Zeitalter. In Nordkorea entwickelte sich unter General Choi das ITF (International Taekwondo Federation), in Südkorea unter Kim Un-Yong das WTF (World Taekwondo Federation). In Korea ist Taekwondo seit 1971 offizieller Nationalsport; 1973 gründete sich die WTF, im gleichen Jahr fand in Seoul die erste Weltmeisterschaft statt. Bisher gab's nur Wettkampf-Taekwondo, 2006 steht die erste WM Formen in Deutschland an.

Auch bei uns ist die Kampfsportart erfolgreich etabliert, bekannt gemacht von koreanischen Großmeistern schon 1965. Wer weiß das schon? 1979 wurde die erste WM in Sindelfingen ausgetragen, damals wurde mit Rainer Müller auch der erste Deutsche Titelträger. Erst 1981 wurde die Deutsche Taekwondo Union (DTU) gegründet, die vor zwei Jahren in Garmisch-Partenkirchen die erste WM Kampf austrug. Drei Deutsche schafften es damals in die Medaillenränge: Faissal Ebnoutalib (Silber), Thucuc Pham und Erdal Aclanc (jeweils Bronze). 1981 als olympische Disziplin anerkannt und 1988 in Seoul und 1982 in Barcelona nur demonstriert, erlebte Taekwondo 2000 in Sydney seine olympische Premiere. Faissal Ebnoutalib erkämpfte sich die Silbermedaille. Weniger gut verlief die Qualifikationsphase für Olympia 2004 in Athen. Kein Deutscher konnte die Voraussetzungen für eine Olympiateilnahme erfüllen.



T.U. Saar-Präsident Michael Graf

„Taekwondo ist alles andere als ein Nischensport“

So auf den ersten Blick sieht er gar nicht aus wie ein Präsident, doch der in Wadern wohnende Michael Graf, 48, führt seit acht Jahren die Taekwondo-Union-Saar. Der Maschinen Schlosser bei der Deutschen Steinkohle in Endorf spielte als Jugendlicher Fußball und Badminton (BW Koblenz). Zum asiatischen Kampfsport animierte ihn Leinwandheld Bruce Lee, dessen Action-Filme ihn faszinierten. Heute ist Graf, Besitzer der C-Lizenz, Landes- und Bundeskämpfrichter (Kampf, Formen), Bundesprüfer und Träger des 4. Dan. So nebenbei trainiert er noch die Vereine Bardenbach und Lebach. Im Gespräch mit dem Saar-Sport-Magazin spricht er über die Besonderheiten seines Sports, die Ziele des Verbandes und die Aufnahme der Disziplin ins olympische Programm.

Die Taekwondo-Union-Saar gehört erst seit vier Jahren zu den Fachverbänden des LSVS. Wieso eigentlich erst so spät?

Michael Graf: Soweit meine Informationen zurück reichen, wurden nach der Gründung der T.U.Saar 1986 schon erste Anträge gestellt, doch diese wurden immer abgelehnt, weil wir nicht über die Anzahl von 500 Mitgliedern kamen. 2000 wurden wir olympisch; dadurch gelang es uns, in den LSVS zu kommen.

Sie bilden eine kleine Gemeinschaft. Aber in ihrer Sportart sind alle aktiv. Eher ungewöhnlich, oder?

Graf: Leider haben wir da ein Problem mit unserem Dachverband, der Deutschen Taekwondo Union, dem wir angeschlossen sind. Er lässt keine inaktiven Mitglieder zu, was nicht sonderlich fördernd für unseren Sport ist. Man bedenke, dass sehr viele Personen gebraucht werden zum Führen eines Vereins oder Verbandes.

Welche Rolle spielten die koreanischen Großmeister in den ersten Jahren nach der Gründung?

Graf: In Deutschland gibt es sehr erfolg-

reiche Großmeister, die sehr gute Arbeit geleistet haben und auch immer noch leisten. Leider haben wir hier bei uns im Saarland nicht so viel Glück gehabt. Namen möchte ich hier keine nennen, aber es sind noch einige hier im Saarland, die TKD verkaufen. Um einen koreanischen Großmeister, der durch falsche Politik aus dem Verband ausgetreten ist, tut es mir Leid. Sein Wissen und sein Können würde ich liebend gerne an unsere Mitglieder weitergeben.

In den Vereinen gibt es fast 200 Jugendliche zwischen sieben und 26 Jahren. Wie erklären Sie diesen Boom?

Graf: Um einen Verein und somit auch den Verband am Leben zu erhalten, muss man bei Kindern und Jugendlichen anfangen. Das haben die Vereine erkannt, zum Beispiel wurde im TKD Verein Lebach ein Lehrgang von der Bundeslehrreferentin Sonny Jung abgehalten, der zum Heranführen zur Sportart TKD für Kinder ab 4 Jahre durchgeführt wurde. Damit werden die Kinder schon vom Kindergarten zu uns geholt. Unsere Sportart ist modern und kann auch zur Verteidigung angewandt werden. Somit kommen viele Eltern mit ihren Kindern zu uns, damit sie Selbstvertrauen und Stärke erlernen. Diese Kindern und Jugendlichen erkennen schnell, dass es Spaß macht, man fit wird, es eine Kampfkunst ist und bleiben dabei.

Die Kämpfer haben - wie beim Boxen - körperlichen Vollkontakt. Schlägertypen haben aber doch in Verband und Vereinen keine Chance...

Graf: Jemand, der auf die Straße will um sich schlagen, möchte eigentlich keinen Sport betreiben. Diese Personen hat man schnell heraus kristallisiert, indem man ein schweißtreibendes, zweistündiges Powertraining mit ihnen absolviert. Entweder kommen sie das nächste Mal wieder, weil sie Kampfsport erlernen wollen, oder sie haben kein Interesse daran.

Olympia hat der Nischensportart einen wesentlichen Schub gegeben? Wie macht

sich das im Saarland bemerkbar?

Graf: Ich denke nicht, dass man bei TKD von einer Nischensportart reden soll. Da es sich bei TKD nur um aktive Mitglieder handelt, ist es der Verband mit den meisten Mitgliedern. Derzeit gibt es 30 Millionen Mitglieder in 157 Ländern, die in der W.T.F (Weltverband) gemeldet sind. Wobei wir mit unseren 314 Mitgliedern im Saarland keine so große Rolle spielen. Aber: Tendenz steigend.

Im Fachverband haben Sie neue Strukturen geschaffen. Zwei Landestrainer schulen Talente, auch bei Lehrgängen an der Hermann Neuberger Sportschule. Wie sind die sportlichen Perspektiven?

Graf: 2003 hat Carina Bähr (TKD Elm), den 5. Platz bei der Deutschen Jugendmeisterschaft erreicht. 2004 waren wir mit drei Jugendlichen bei den nationalen Titelkämpfen (Kampf) vertreten. Leider sind alle drei gegen ehemalige Edelmetall-Sieger aus dem Vorjahr ausgeschieden. Ich denke aber, wir sind auf dem richtigen Weg.

Erstmals gab's im Vorjahr einen Breiten-sport-Lehrgang. Mit welchem Erfolg?

Graf: Die Teilnehmeranzahl spricht für sich. Morgens nahmen 48 Leute am Kampf teil und am Nachmittag 44 bei Poomse. Bei ca. 300 Mitgliedern im Fachverband, denke ich, ist es fast ein Drittel aller Sportler.

Die Taekwondo-Union beschickt auch Turniere außerhalb des Landes...

Graf: Durch den Aufbau eines Landeskadeters ist es dringend erforderlich für die Kadermitglieder, auch außerhalb des Saarlandes ihre Erfahrungen zu sammeln. Ohne diesen Vergleich kann sich kein Erfolg einstellen.

Wann planen Sie das erste große Turnier im Saarland?

Graf: Eine Südwest-Meisterschaft ist etwas, was mir schon vorschwebt, aber das ist noch Zukunftsmusik.

GESPRÄCHSPARTNER:
WOLFGANG WEBER