

# Vor der Fußtechnik mit Spielen aufwärmen

TAEKWONDO: „Aktive Bewegung Neustadt“ bietet Training für Kinder und Erwachsene – Angebot in Psychomotorik geplant

VON UNSERER MITARBEITERIN  
ISABELLE DANIEL

► „Am Taekwondo machen die Tritte und die Grundtechniken am meisten Spaß. Sich selbst verteidigen zu können, ist natürlich auch ein Vorteil“, erzählt der zwölfjährige Carlo Minges, der seit März Mitglied der Kindergruppe der Aktiven Bewegung Neustadt ist. Die Kindergruppe besteht aus rund zehn Kids zwischen sechs und zwölf Jahren und wird von Bruno Messer trainiert. Die Aktive Bewegung bietet jedoch auch Programm für ältere Jugendliche und Erwachsene.

„Insgesamt hat der Verein 35 Mitglieder“, berichtet Andreas Meckelburg, Erster Vorsitzender des Sportvereins und gleichzeitig Trainer der Jugendlichen- und Erwachsenen-Gruppe. Sowohl Meckelburg als auch Messer wünschen sich jedoch eine Vergrößerung des noch recht kleinen Vereins. Neue Mitglieder sollen hauptsächlich durch Mundpropaganda angeheuert werden. „In Neustadt gibt es noch einen Konkurrenzverein, von dem wir bisher auch einige Mitglieder übernommen haben“, so Trainer Bruno Messer, der selbst einen roten Gürtel trägt.

Als Sozialpädagoge legt der Trainer besonderen Wert auf einen pädagogischen Umgang mit den jungen Sportlern. Dies wirkt sich sichtlich auf die Struktur des Taekwondo-Unterrichts aus: Er besteht nicht nur aus reinem Training, sondern be-



Das Jugendtraining im Taekwondo findet unter Leitung von Bruno Messer in der Turnhalle des Käthe-Kollwitz-Gymnasiums statt.

—FOTO: LINZMEIER-MEHN

ginnt mit mehreren kurzen Aufwärmübungen und Spielen. „Die Grundtechniken machen Spaß, besonders aber auch, dass wir manchmal Spiele und Stationen machen“, so der elfjährige

David Baumstark, der seit etwa einem Jahr Taekwondo macht und schon den gelb-grünen Gürtel besitzt.

Ebenfalls Träger eines gelb-grünen Gürtels ist Enno Mensching, der be-

reits vor eineinhalb Jahren seine Vorliebe für Taekwondo entdeckt hat. „Ich war vorher schon mit meiner Mutter im Judo-Training. Dort hat es uns nicht so gefallen, und Taekwondo

macht uns jetzt beiden Spaß. Am meisten mag ich die Tritte“, so der Elfjährige. Die Aktive Bewegung bietet ihren Schülern regelmäßig Gürtelprüfungen an. „Die Prüfungen sind eine große Motivation für die Kinder, man kann ja auch sehen, dass viele unterschiedlich farbige Gürtel tragen“, so Messer.

Andere Kampfsportarten möchte der seit 1996 bestehende Verein auch in Zukunft nicht anbieten. „Allerdings hatten wir vor geraumer Zeit auch Qi Gong als Kursus angeboten. Leider ohne all zu große Resonanz. Wir werden das wiederholen. Außerdem sind wir in Kooperation mit Lern- und Spielstuben und bieten dort einmal wöchentlich ein Sportprogramm mit Spielen, Bewegungsparcours, Aktivitäten aus dem Erlebnissport etc an. Des Weiteren strebe ich an, eine Psychomotorikgruppe in Neustadt aufzubauen. Viele Kinder leiden unter Bewegungsstörungen. Hier wollen wir etwas entgegenzusetzen mit einem fachlich fundierten Psychomotorikangebot.“

## INFORMATION

— Die Aktive Bewegung trifft sich montags und donnerstags von 20 bis 21.30 Uhr zum Erwachsenen-Training, das Kindertraining ist donnerstags von 18 bis 19.30. Das Training findet in der Alten Turnhalle des Käthe-Kollwitz Gymnasiums in Neustadt (Villenstraße 1) statt.