

Training für Körper und Geist

Sport über die Grenze hinweg: Taekwondo-Club Toblach-Lienz besteht seit 20 Jahren

Toblach (gm) – Grenzüberschreitende Zusammenarbeit passiert oft im Kleinen, und es gibt hervorragende Beispiele dafür. Eines davon ist der Taekwondo-Club Toblach-Lienz, der heuer sein 20-jähriges Bestehen feiert.

Anlässlich dieses Jubiläums veranstaltete der Club ein großes gemeinsames Training unter der Leitung von Großmeister Son Jong Ho (7. Dan), bei dem Dan-Träger und Schüler aus Österreich, Deutschland und Italien mitmachten. Unter den Teilnehmern war auch der Lienzener Heinz Oberdorfer (2. Dan), der in Toblach als Trainer tätig ist.

Das klassische Taekwondo hat seine Ursprünge in Korea und wurde in dieser Form bereits vor 2000 Jahren gelehrt. Im Gegensatz zu anderen fernöstlichen Kampfsportarten werden im klassischen Taekwondo keine Hilfsmittel oder Waffen, sondern nur gezielte Hand- und Fußtechniken zur Verteidigung eingesetzt. Entsprechend hart ist das Training, entsprechend groß sind die Anforderungen an die Aktiven,

Für den Taekwondo Club Toblach-Lienz (im Bild einige Mitglieder) beginnt nun die neue Trainings-saison.

„D“



auch wenn keine Wettkämpfe vorgesehen sind.

Andererseits ist Taekwondo aber eine Sportart, die bei professioneller Begleitung bis ins hohe Alter ausgeübt werden kann. Schließlich geht es im Taekwondo nicht nur um Techniken, sondern auch um mentale Stärken, um ein Zusam-

menspiel zwischen Reflexen gezielten Bewegungen, um ein Gleichgewicht zwischen Körper und Geist.

Weil ein Jubiläum aber kein Grund ist, sich auszuruhen, stehen die Toblacher Mitglieder des Taekwondo-Clubs schon wieder vor einer neuen Trainings-saison. Trainiert wird

immer mittwochs zwischen 19.30 und 21 Uhr in der Turnhalle der Volksschule von Toblach. Weitere Informationen über diese asiatische Kampfsportart und unter anderem über den Taekwondoclub Toblach-Lienz gibt es auf der Internetseite www.classic-taekwondo.de.