



# WonHwaDo Deutschland

## Europäisches Instruktor und Meister Treffen 2006

Hallo Freunde des Sports!

Hier nun endlich der Bericht zum European Instructor and Leaders Meeting – vom 03.06. bis 05.06.2006 in Seyring (Österreich) mit ungefähr 30 WonHwaDo-Sportlern aus Österreich, Deutschland, Litauen, Slowakei und Slowenien.

Die Reise ging am 02.06. gegen 19.00 Uhr in Leipzig los, an Bord befanden sich 4 Sportler aus Leipzig, Meister Jörn Lühmann (unser Trainer und Fahrer) sowie Meister Han Hyoung Sok, der Sohn von Großmeister Han Bong Ki (der Begründer des modernen WonHwaDo Anm. d. Redaktion). Nach einer ereignis-losen Fahrt erreichten wir gegen 02.00 Uhr nachts endlich Seyring – alle nur noch von dem Wunsch beseelt, endlich schlafen zu können. Nach der (viel zu kurzen) Nachtruhe hieß es dann 06.00 Uhr in der Frühe schon wieder aufstehen und Morgensport treiben – eine Runde Fußball. Nach dem Frühstück begann dann das Training. Die erste Einheit wurde von Meister Miran Petermann (Slowenien) geleitet und beinhaltete ausgiebige Fallschule und dazu passend natürlich Würfe. Nach einem reichlichen Mittagessen (die Portionen in Österreich kann man sich getrost doppelt so groß wie in Deutschland üblich vorstellen) dann die zweite Einheit, in der Meister Jörn zuerst auf die Feinheiten von Hebeltechniken einging und im Anschluss ein schweißtreibendes Kicktraining durchführte. Der erste Tag ging dann ruhig zu Ende, außer dem Abendbrot gab es nichts weiter zu tun.

Der nächste Morgen begann dann gegen 06.00 Uhr mit Morgensport auf dem Sportplatz, gefolgt von einem kurzen Frühstück. Das anschließende Training wurde von Meister Andreas Grassauer (Österreich) geleitet – Formenlaufen war angesagt. Nach dem Mittag führte dann Meister Han Hyoung Sok das Training persönlich durch – zuerst Dehnungsübungen, dann Würfe. Am Abend ging es dann nach Wien, die Stadt anschauen (leider war es schon so spät, dass fast alles geschlossen hatte).

Der letzte Tag wurde noch einmal von einem Morgensport eingeleitet und wurde dann von Meister Michael Howecker (Österreich) mit einem Selbstverteidigungs-Training abgeschlossen. Dann ging es auch schon wieder in die Heimat zurück. Alles in allem war es ein sehr schönes Wochenende. Jeder Meister hatte seinen eigenen Stil und so gab es viele neue Erfahrungen zu sammeln.

Marcus Frenkel  
Leipzig