

## Angebote der Volkshochschule Won Hwa Do in Bad Lausick

Der kulturelle Ursprung des Won Hwa Do liegt in Südkorea. In der Tradition dieser Kampfsportart steht der Weg zur Harmonie im Mittelpunkt. Die Kreisform ist die Basis der Bewegungen im Won Hwa Do, eine natürliche Bewegungsform, ohne Anfang und Ende, die ein Ineinanderfließen von Abwehr- und Angriffstechniken ermöglicht, ohne den Energiefluss der Bewegungen zu unterbrechen. Das Won Hwa Do verfügt über ein komplexes System von Schritt, Wurf-, Tritt- und Hebeltechniken, die durch Atemübungen, Dehnung, Meditation und Konditionstraining ergänzt werden. Seit 1991 gibt es Trainingsgruppen für diese Kampfsportart in Deutschland. Einer der ersten Mitstreiter war Lutz Winter. Nach fünfjährigen intensiven Training und der erfolgreichen Teilnahme an Wettbewerben im Ursprungsland des Won Hwa Do, übernahm Lutz Winter die Leitung der Kurse an der VHS Muldentale in dieser Kampfsportart. Immer montags in der Zeit von 17.30 - 19.00 Uhr trifft sich eine neu gegründete Won Wa Do - Gruppe in der Mittelschule Bad Lausick zum Training.

Wer an einem Schnupperkurs über ein Semester interessiert ist, sollte sich in der VHS Muldentale unter Tel.: 03437 925290 anmelden.



## Über Stock und Stein und auch durch Albrechtshain

Zu Sachsens monumentalen Zeugnissen romanischer Zeit führte die Route der 6. Rallye Romanik, die traditionell vom Förderverein St. Kilian und dem AMC „Herrmannsbad“ Bad Lausick e. V. veranstaltet wurde.

„Rallye Romanik heißt Geschicklichkeit beweisen und Wissen einbringen“, so definierte Bad Lausicks ehemaliger Pfarrer und Ideengeber Heiner Böhme die Veranstaltung zur Begrüßung der Teilnehmer in der St. Kilianskirche. Vor dem Gotteshaus warteten derweil rekordbrechende 37 Fahrzeuge auf ihre Führer, Hund, Kind und Kegel. 37-mal hob dann Hermann Winkler, Präsident des Sächsischen Sportbundes, die Startflagge und schickte die heimatverbundenen Motorsportfreunde auf die 90 km lange Strecke. Diese führte in das nördliche Muldentale. Zu Grethens Kirche aus dem 13. Jahrhundert waren die ersten Aufgaben zu lösen, für die Kenntnisse der Historie, Architektur und Fauna einzubringen waren. Hoch über dem Granitsteinbruch in Beucha thront die alte Wehrkirche, an dieser galt es beim Zielwurf mit Holz-Ringen der Gechickteste zu sein. Und wer hat gewusst, dass der Beuchaer Granit zum Bau des Völkerschlachtdenkmals verwendet wurde? In Wasowitz beschäftigte man sich in der kleinen Kirche ausführlich mit der romanischen Bilderpredigt. Eine delikate Wegstärkung stand in Form von Hörnchen und hausgemachter Marmelade vor dem im 12. Jahrhundert errichteten Gebäude bereit. Sportlich und wissbegierig ging es an und in der Trebsener Kirche weiter. In Grimma dann die größte sporliche Herausforderung für Fahrer und Fahrzeug: Ein Hütchenparcours. Bevor es zurück nach Bad Lausick ging, war die Außengestaltung des Grimmaer Schlosses zu analysieren und für unterwegs gab es Fragen zu den Ursprüngen des Automobils zu beantworten. Nach vier Stunden - später als geplant - fuhren die ersten Motorsportfreunde zum Ziel „Hudelburg“ und lösten den letzten Fragenkomplex zu Rittern und Burgen. Zum Abendbrot tauschte man sich rege über Eindrücke und Lösungen aus. „Die Kirche von Beucha sah schon von Weitem toll aus“, erzählte der Bad Lausicker Thomas Heinker (22) begeistert. „Obwohl wir uns zehnmale verfahren haben, hat mir die ganze Tour gefallen. Wir haben viel gesehen“, lobte Markus Ulbricht (19) aus Öltschau die Rallye. Die heiß erwartete Auswertung und Siegerehrung brachte letztendlich Aufschluss über die Platzierungen. Niemand ging leer aus, doch Letzter und Erster konnten wie immer nur jeweils ein Team werden. Die Schnecke ging an die im letzten Jahr drittplatzierte Familie Hennig aus Wurzen mit ihrem Cadillac von 1972. Dem Wanderpokal aus Porphyrt wird für ein Jahr bei Cornelia Kuhlmann (43) aus Bad Lausick ein Plätzchen frei gemacht. Mit ihren drei Beifahrerinnen aus Bad Lausick und Leipzig und ihrem Volvo fuhr sie auf Platz 1. „Wir freuen uns und sind sehr stolz“, jubelte das Siegerteam. „Wir sind mehr als zufrieden, obwohl nicht alles nach Plan verlief“, resümierte Manfred Hagemann vom AMC „Herrmannsbad“. „Aus diesen Randerfahrungen können wir nur lernen und nächstes Jahr besser machen“, zeigte sich Heiner Böhme zuversichtlich und fügte freudig hinzu: „Es hat sich jeder an die StVO gehalten und es gab keine Schäden.“

Marika Börner

Die nächste Ausgabe  
erscheint am

**Mittwoch, dem 6. Oktober 2004**

Annahmeschluss  
für redaktionelle Beiträge  
und Anzeigen ist

**Montag,  
der 27. September 2004**

