

# Erfolgreiche Dan Prüfung im Black Belt

Nach bis zum Teil 10-jähriger Vorbereitungszeit absolvierten 16 Schüler erfolgreich die Prüfung zum 1. Dan Budo Taekwondo. Weiterhin bestanden 4. Dan Träger die Prüfung zum 2. Dan und ein 2. Dan Träger die Prüfung zum 3. Dan.

**WORMS** – Das vierköpfige Prüfungskomitee bestand aus 2 Meistern die zum Einen für die typischen Taekwondo Techniken verantwortlich waren. Hinzu kam ein Wonhwado Meister Lutz Winter 5. Dan der die Techniken des Hosinsul (SV Technikbefreiung aus Halte und Würgegriffen als auch Stock und Messerabwehr) beurteilte. Der vierte Meister Hubert Schmitz 5. Dan Iaido und Budopädagoge zeichnete sich für die Waffenformen Kobudo (vom Bo, Kali, Kama, und Katan) als auch für die Persönlichkeitsentwicklung und das „sich Bemühen“ im Sinne des „Friedvollen Kriegers“ verantwortlich.

Für den 3. Dan muss ein Dan Träger nicht nur die persönlichen Pro- Sozialen Voraussetzungen mitbringen sondern die



Sie alle konnten sich über bestandene Prüfungen freuen.

16 Hyong's (Bewegungsformen) bestehen, aus rund 550 verschiedenen Bewegungen Blocks, Kontertechniken in verschiedenen Stufen und Richtungen wie auch Sprünge und langsamen Bewegungsabläufe.

Die Prüfung begann für alle mit ihrer Hyong und ihren Waffenformen, dann die Grundschrifttechniken gefolgt von den Ver-

teidigungen gegen Halte und Würgegriffen, es folgte die Messer und Stockabwehr. Nach einer kurzen Pause wurde das Kämpfen überprüft und hier mussten die Dan Träger besonders zeigen was sie können. Der Abschluss bildetet dann der Bruchtest, zuerst mit einem Stein. Dann hatte jeder seinen Reihenbruchtest vor sich wie auch einen Sprung-

bruchtest. Für die Dan Träger hieß es, das sie 6 Bretter in Folge brechen mussten. Nach 7 Stunden hatten es alle erfolgreich geschafft und nahmen ihre Auszeichnung durch ihren Lehrer Uwe Mandler emotional stolz und freudig entgegen. In der Folge gab es noch die Möglichkeit mit Meister Hubert Schmitz Einzelgespräche zu führen um zu erfah-

ren wie man nach außen sich dargestellt hatte. Die Voraussetzungen zur Dan Prüfung waren unter anderem ein aktueller Erste Hilfekurs.

Eine umfangreiche Abschlussarbeit (schriftlich und in gebundener Form) zu Budopädagogischen Themen wie auch einer schriftliche Prüfung (Kampfrichterwesen, Verhaltensweisen bei Verletzungen und die Koreanische Sprache). Bleib noch zum Schluss einige Worte zum BUDO TAEKWONDO, das von Budopädagoge Uwe Mandler unterrichtet wird und eben nicht als Kampfsport zu sehen ist, vielmehr als Kampfkunst, denn hier steht die Persönlichkeitsentwicklung im Vordergrund. Die Förderung von Selbstvertrauen sowie Konflikt- und Kommunikationsfähigkeit der Schüler stehen im Mittelpunkt unseres Unterrichts. Denn wer ein positives Selbstwertgefühl hat, Konflikte durchsteht und auch mit Misserfolgen umgehen kann, ist stark genug um von sich aus Nein zu sagen, zu Drogen, Alkohol, Nikotin und Missbrauch.

Bild: privat