

Geburtstage

Maria Thinnes: 85 Jahre

Im Kreis ihrer Verwandten feierte Maria Thinnes ihren 85. Geburtstag. Sie ist noch sehr fit und gesund, was sicher auch ihrer Teilnahme beim TSV Seniorenturnen zu verdanken ist. Wir wünschen ihr weiterhin alles Gute und hoffen, dass sie auch ohne selbst Auto fahren zu dürfen, immer gut von ihren Angehörigen versorgt wird.



Johann Haas: 85 Jahre

Johann ist ein treues, immer wieder gern gesehenes Vereinsmitglied. Wir hoffen, dich bei den Vereinsfeiern bald wieder sehen zu können.

Siegfried Plabst: 80 Jahre

Siegfried, unser altes Fußballmitglied, hat seinen 80. Geburtstag im Kreis seiner Familie gefeiert. Bei inzwischen wieder besserer Gesundheit hoffen wir, dass er auch zum TSV zu den Fußballspielen bald wieder kommen kann.

Gratulation

Vorstand Bernhard Wetzstein gratulierte Joachim Oberzier zum ersten DAN. Er überreichte ihm Medaille und Urkunde im Rahmen der Sportlerlehreung.



*Bild v.l.:
Bernhard Wetzstein, Joachim Oberzier.*

TAEKWONDO: Gemeinsames Training mit Familie u. Freunden



Den Leitgedanken der Taekwondo-Abteilung kann man mit dem koreanischen Begriff „U-Chong“ (=tief empfundene Freundschaft) beschreiben. Taekwondo soll daher nicht die Konkurrenz fördern, um andere zu übertrumpfen, oder gar zu Auseinandersetzungen führen, sondern Freundschaften entstehen und vertiefen lassen. Daher ist es uns ein besonderes Anliegen, Familie und Freunde beim Taekwondo-Training zusammen zu bringen und gemeinsam zu lachen und zu schwitzen.

Über 30 Taekwondoin, Familienangehörige und Freunde sind der Einladung für ein gemeinsames Training am 25.01.2020 gefolgt und stehen gespannt in der Halle. Die Trainer der Abteilung haben sich ein vielfältiges Trainingsprogramm einfallen lassen. Zuerst lockern sich alle bei Koordinations- und Kräftigungsspielen auf. Sobald die Muskeln und Gehirnzellen warm gelaufen sind, geht es über zum Pratzenkicken. Hier darf die

Gruppe Grundkicks auf Übungsprazten trainieren, bis hin zu einer relativ komplexen Kick-Kombination. Weiter geht es mit Fallübungen auf Weichbodenmatten und Abwehrtechniken zur Selbstverteidigung. Zum Schluss müssen die Teilnehmer noch mal Gas geben, da sie von der energiegeladenen Kämpferin Jolina zu ersten Wettkampf-Übungen angeleitet werden. Trotz körperlicher und altersbedingter Unterschiede ist das jedoch bei gegenseitigem Respekt kein Problem. So manch einer wird sich wahrscheinlich sogar gewundert haben, zu welchen Leistungen er oder sie fähig ist.

Den Abschluss bildet ein gemeinsames Abendessen mit griechischem Buffet im Sportheim. Die ausschließlich positiven Rückmeldungen nach dem Training und dem gemeinsamen Abendessen, lässt darauf hoffen, dass ein solches Training mit Familie und Freunden bald wieder stattfindet.

