

TAEKWONDO: Mit Online-Training aktiv bleiben



Der TSV Indersdorf Taekwondo hat im letzten Jahr viel auf sich genommen – und ist doch erstaunlich gut durch Zeiten gekommen, mit der eine Vollkontaktsportart sicher ihre Schwierigkeiten hatte. Zu verdanken hat dies die Taekwondo-Abteilung nicht nur den Trainer*innen, sondern auch den motivierten Kids und Eltern. Nach dem Auftakt des Online-Trainings im letzten Jahr hat sich das Taekwondo-Trainer*innen-Team, unter Leitung und herausragendem Engagement von Florian Stahl, so gut es ging und mit gutem Erfolg weiterentwickelt. Es wurde, wann immer es möglich war, draußen Training angeboten und sogar mit einem „Back to School“-Lehrgang unter Organisation von den Nachwuchstrainer*innen das neue Schuljahr für die Kids eingeleitet. Im Anschluss daran wurde das Online-Training unter (vielen) Meetings und Rücksprachen ausgebaut – mittlerweile bietet der Taekwondo-Verein wieder vier Trainings pro Woche mit unterschiedlichen Schwerpunkten über die Online-

Plattform Zoom an. Um die Kinder und Jugendlichen trotz der Distanz individuell zu fördern, hat die Wettkampfabteilung unter Leitung von Elena Brames, drei Trainer koordiniert, die in Breakout-Räumen spezifisch auf die Teilnehmenden eingehen können, Techniken korrigieren und Rückmeldung geben, und auch das Trainingskonzept so angepasst, dass Partnerübungen über den Bildschirm durchgeführt werden können. Die Motivation der Wettkämpfenden und auch der anderen Trainingsteilnehmenden hat sich so gesteigert, dass die Trainings auch konstant die Ferien hindurch angeboten wurden und werden. Wie wichtig Bewegung und Kontakt für die Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen ist, zeigt sich sehr deutlich und die Trainer*innen sind sich ihrer Verantwortung bewusst und gehen dieser mit all ihren Mitteln nach. Das gesamte Team freut sich darauf im Präsenztraining mit den Taekwondoin wieder durchstarten zu können und ist auch hier schon fleißig am planen...



Das nachfolgende Foto zeigt **nicht** die derzeitige Situation, sondern unterstreicht unseren Wunsch auf baldiges Hallentraining!
Archivfoto