

# Taekwondo: Drei neue «Schwarzgürtler»

Tae Kwon Do International, Davos, ehrte die neuen «Dan»-Träger

**e. Kürzlich fanden die Schwarzgurt-Prüfungen von Tae Kwon Do International statt. Dieser Herausforderung stellten sich Florence Comminot, Anita Stiffler und Beni Garrido, alles langjährige Mitglieder des Verbandes. Diese Prüfung stand unter der Leitung von Renato Marni (Schwarzgurt, 5. Dan) und Fadri Erni (Schwarzgurt, 4. Dan).**

Florence Comminot betreibt in Neuchâtel eine eigene – dem Verband angeschlossene – Kampfkunstschule; sie reist fast jede Woche nach Davos, um mit den hier ansässigen Mitgliedern zu trainieren. Sie absolvierte die Tests für den Schwarzgurt, 3. Dan.

Anita Stiffler leitet seit einigen Jahren das Kindertraining in Davos und bereitete sich auf die Prüfung für den 2. Dan vor; ebenso ihr Teamkollege Beni Garrido.

Alle drei Kandidaten wurden einer sehr anspruchsvollen Prüfung unterzogen. Es mussten sechs verschiedene von insgesamt 12 möglichen «Tuls» vorgeführt werden. Eine solche Tul kann aus 44 verschiedenen Bewegungen und Schlägen bestehen. Weiter müssen neben den vorgeschriebenen 1-, 2- und 3-Schritten weitere zwölf 1-Schritte beherrscht werden. In der Disziplin Kampf beispielsweise mussten die Prüflinge gegen zwei Gegner gleichzeitig antreten. In der Sparte Selbstverteidigung müssen die 24 vorgeschriebenen Abläufe und Techniken angewendet werden können.

## **Nicht nur kämpferisches Können**

Bei den Bruchtests wurden alle besonders hart gefordert. Die Holzbretter mussten entweder mit der Faust, mit dem Fuss oder mittels Handkante auseinandergeschlagen



Dan-Trägerin Anita Stiffler während des Bruchtests.

Foto zVg.

werden. Beispielsweise mussten die Prüflinge über mehrere am Boden liegende Personen springen und das Holzbrett mittels Fussstoss zertrümmern. Alle drei Kandidaten bestanden ihre Schwarzgurt-Prüfung mit Bravour, und es wurde ihnen der schwarze Gurt mit drei respektive zwei Streifen (für den 3. und 2. Dan) überreicht. Ebenfalls wurden einige Kinder und Erwachsene geprüft. Bei

den Kindern konnte Céline Hausheer eine Urkunde für die beste Prüfung entgegennehmen; bei den Erwachsenen Raffaele Balsano. Den Schülern werden nicht nur rein kämpferisches Können und technisches Wissen vermittelt, sondern auch die geistigen Grundsätze und Ziele des Taekwondo, wie Selbstdisziplin, Durchhaltevermögen, Respekt und Höflichkeit, näherge-

bracht. Auch Kenntnisse der Geschichte des Taekwondo bilden einen Bestandteil der Prüfungen.

Tae Kwon Do International, Davos, wird im Frühling 2008 an der Europameisterschaft in Irland teilnehmen. Mitglieder des Nationalkaders bereiten sich intensiv auf diesen Grossanlass vor.

Informationen zu Trainingszeiten, Selbstverteidigungskursen usw. können unter [www.taekwon-do.ch](http://www.taekwon-do.ch) abgerufen werden.