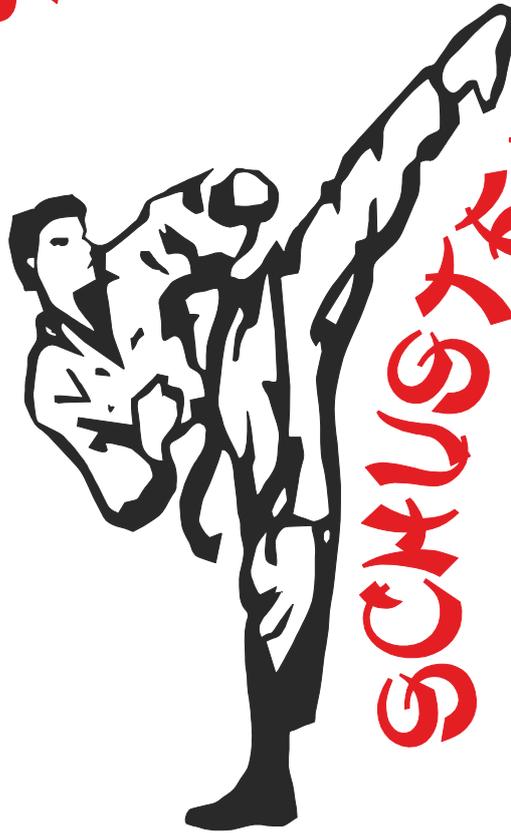


Jahresrückblick 2013

TAEKWONDO



SCHLUSSE

13. Januar

Kostenloser Gesundheits- und Fitness – Workshop

Leider konnten wir nur sehr wenige Mitglieder für diesen Workshop gewinnen.

Wir starteten mit 1 Std. Bodycombat und mit anschließenden Kraftübungen für Zuhause.

Nach dem anstrengenden und tollen Durchhaltevermögen der Mitglieder wurde eine kleine Pause eingelegt.

Frau Bihlmaier übernahm dann die nächste 1 ½ Stunden und stellte Ihr Ernährungskonzept zu einem gesunden Leben und Abnehmen vor. Vor Bihlmaier ist eine anerkannte und zertifizierte Ernährungsberaterin die ihre eigene Kreationen zum Probieren mitbrachte.

27. Januar

Kostenloser Großeltern – Enkeltraining

Leider meldeten sich nur zwei Großeltern zu diesem Event an, deshalb wurde dies auf unbekannter Zeit verschoben

09. Februar

Lehrgang mit dem Korea-Team in Miesbach

Julia Fischer und Nico Schuster nahmen an dem tollen Lehrgang mit dem angereisten Koreanischen Team teil.

Es wurden alle Facetten des Taekwondo's gelehrt und anschließend gab es Vorführung der Koreaner – was den Teilnehmern wiederherum zeigte, was Schwerelosigkeit heist.



11 / 12 Februar

Faschings-Unterricht

Mit viel Spaß und tollen Kostümen, wurde In der regulären Unterrichtszeit dieses Jahr ein Faschings-Event veranstaltet.

Die Kinder bekamen kostenlose Snaks und Getränke, das beste Kostüm wurde am Ende der Veranstaltung mit einem kleinen Sachpreis prämiert.

Vielen Dank auch an die Eltern die etwas zum Essen mitgebracht haben.



17. Februar

Kostenloser Sicherheitstag für Eltern und Kinder

Auch hier war die Beteiligung der Eltern und Schüler sehr rar und musste wegen zwei Familien leider ausfallen.

23. Februar

Gürtelprüfung

Um 09:00 Uhr zeigten die Lil Dragons ihr Können und konnten mit viel Fleiß und toller Leistung Ihren nächsten Gürtel entgegen nehmen.

Ab 10:00 Uhr starten die Kinder in aller Alters- und Leistungsklassen bis ca. 15:00 Uhr, anschließend kamen die Erwachsene an die Reihe.

Mit einer herausragender Leistung bekam jeder Schüler seinen nächsten Gürtel und konnte stolz auf sein Können sein.

In den Pausen zeigten zwei junge Nachwuchstalente was sie in der „Hyper-Gruppe“ bereits alles gelernt haben und zerschmetterten nach akrobatischer Einleitung die Bretter.

Vielen Dank an Maurice Kersten und Marcel Kuhnle!

Wir sind stolz auf unsere Schüler, macht weiter so.

Folgende Schüler haben ihre Prüfung bestanden:

Weiß / Gelb Gurt:

Schwenger Philipp, Schießl Robin, Fischer Samantha, Nuding Bennet, De Sousa Pereira Xania

Gelb Gurt:

Maichel Valentin, Reinhardt Nico, Herrlinger Marvin, Lukas Trapp, Haufe Daniela, Konakchiev Victoria, Korver Marvin, Steiner Xenia, Gaiser Carina, Grcic Pascal, Amanatias Savvas, Walzebuck Paul, Schneider Oliver, Kowtun Julian, Palmer Erik

Gelb / Grün Gurt:

Kern Michelle, Motzer Lena, Nothdurft Eric, Tucciarone Fabio, Czarny Timon

Grün / Blau Gurt:

Malena Nicodemo

Rot Gurt:

Graziano Marco



23 Februar

Baden Württembergische Meisterschaft

Nico Schuster stellte sich wieder der Herausforderung. Die in Schorndorf statt findende Meisterschaft konnte Nico wieder mit einer herausragende Leistung und großem Abstand gewinnen. Gratulation von der gesamten Schule.



02 März

Ober-Österreichische Landesmeisterschaft

Eine Woche nach der Baden Württembergische Meisterschaft, stellte sich Nico Schuster sich auch der Ober Österreichischen Landesmeisterschaft in Mattigheim. Souverän konnte er seine Leistung abrufen und mit großem Abstand zum Zweitplatzierten die Meisterschaft nach Rudersberg bringen. Herzlichen Glückwunsch zum ersten Platz.



06 April

Osterwanderung

Musste leider wegen der geringen Teilnehmerzahl abgesagt werden.

13 / 14 April

Gürtel-Camp

Nach zwei tollen anstrengenden Tagen voller Leidenschaft und tollem Einsatz der Schüler, bekam jeder seinen verdienten Gürtel und wir ließen die schönen Tage mit einem super Grillfest enden. Danke für euren Einsatz habt Ihr prima gemacht!!! Bin stolz auf euch! Euer Sabomnim Andi

20 April Deutschland Pokal in Öhringen

Nico Schuster löste das Weltmeisterschaftsticket.

Mit einem Sieg beim Deutschland Pokal führt Nico unaufholbar die Rangliste im Poomsae an und qualifizierte sich somit für Die Weltmeisterschaft in Griechenland.

Auch Marco Graziano konnte sich in der Klasse +85kg beim Pointfighting den Sieg sichern und führt nun die Rangliste an, beim nächsten Turnier entscheidet sich ob auch er das WM – Ticket für die Taekwondo Schule Schuster klar machen kann.

Herzlichen Glückwunsch



04. Mai Tiroler Meisterschaft

Nico Schuster folgte der Einladung des Österreichischen Verbands und ging im Einzel sowie im Parlauf an den Start. Nico konnte sich nach einer starken Leistung mit großen Abstand im Einzel die Gold-Medaille sichern. Im Parlauf, mit einer unbekanntenen Österreicherin errungen sie gemeinsam einen sehr guten dritten Platz.

Herzlichen Glückwunsch.

05 / 06 Mai Gürtelprüfung

Um 09:00 Uhr zeigten die Lil Dragons ihr Können. Sabomnim Andreas und Lehrer Marco waren sehr angetan von der großartigen Leistung der Schüler und waren stolz auf das bereits erlernte.

Glückwunsch!

Ab 10:00 Uhr starten die Kinder in aller Alters- und Leistungsklassen bis ca. 15:00 Uhr, anschließend kamen die Erwachsene an die Reihe.

Mit einer herausragender Leistung bekam jeder Schüler seinen nächsten Gürtel und konnte stolz auf sein Können sein.

Am 06 Mai fand früh morgens die erste Ü60 – Gürtelprüfung statt.

Drei Schüler stellten sich der Herausforderung, mit großem Ehrgeiz und einer altersentsprechenden super Leistung bestand auch hier die Drei ihre Prüfung zum Gelben Gürtel – klasse!

Wir sind stolz auf unsere Schüler, macht weiter so.

Folgende Schüler haben ihre Prüfung bestanden:

Weiß / Gelb Gurt:

Hinderer Luca, Placke Victoria, Stadelmann Paul, Bühlmeier Frederic

Gelb Gurt:

Parise Francesca, Eisemann Noha, Grosch Maxemilian, De Sousa Pereira Xania, Schmidt Fenena, Machle Malik, Benz Hanna, Gayer Robert, Haug Dennis, Kuhnle Markus, Strotbek Ulrich, Kuhnle Evelin, Mazdge Frank

Gelb / Grün Gurt:

Cerlito Pietro,

Grün Gurt:

Wörnle Dennis, Turowski Bianca, Lendic Jan

Grün / Blau Gurt:

Fischer Laura

Blau Gurt:

Paulitz Sophie, Yilmaz Ali Riza



11 Mai int. Nationen-Cup

Beim int. Nationen Cup kam Nico Schuster auf einen sehr guten zweiten Platz. Bedingt durch gesundheitliche Einschränkungen und andere unerklärliche Sachverhalte des Veranstalters und des Austragungsmodus, akzeptierten wir die Entscheidungen trotz allem. Herzlichen Glückwunsch Nico

08. Juni „We are human“ – Mobbing Event in Rudersberg

Emotionen pur!

Herr Schuster erklärte den über 60 Teilnehmern was Mobbing ist, wo wie und warum man mobbt, wichtig aber war - was kann man dagegen tun!

Herr Schuster zeigte den Teilnehmern auf, wie man vom Anfang an nicht als Opfer wirkt, eine Situation verändern – vermeiden oder sich verteidigen kann.

Wie pressant das Thema ist wurde deutlich als sich die jungen Teilnehmer immer mehr öffneten und aus Ihren Erfahrungen berichteten.

Es ist wirklich erschreckend, was so manchem jungen Menschen wiederfährt.

Stemmt euch dagegen und bietet eure Hilfe an.

Wir sind für euch da!

22/23 Juni TKD Camp in der Wieslaufhalle

Leider haben sich nur 12 Teilnehmer für das zweitägige Event angemeldet und wir mussten den Lehrgang deswegen absagen. Als kleiner Trost wurden für die 12 eine kostenloses Übernachtungs-Camp veranstaltet. – Schade, dass so wenige so ein tolles Event vor der Haustüre nicht nutzen wollten!

30 Juni – Weltweit anerkannte Danprüfung in Rudersberg

Herr Schuster ist in Besitz einer weltweit anerkannten Prüferlizenz vom Hauptquartier – Kukkiwon, des Taekwondo´s in Korea und nahm am Sonntag den 30. Juni die Danprüfungen in Rudersberg mit anderen Taekwondo - Meistern ab.

Mit toller Leistungen und herausragenden Techniken errang jeder Schüler nach über 4 Stunden am Stück seinen neuen Meistergrad, darunter auch ein eigener Schüler aus Rudersberg.

Wir gratulieren Herrn Manuel Schönfeld zur seiner tollen Leistung zum 1 Dan.







12.Juli Michelauer Pokal

Start war um 14:00 Uhr mit der Schülerklasse m und endete mit der Eltern/Kinder Klasse.

Vom Poomsae, Selbstverteidigung, Weitsprungkick, spezial Kick auf die Pratte bis zum High-Kick (75cm über den Kopf) wurden tolle Leistungen gezeigt.

Zum Abschluss blieben noch ein paar Kinder und Eltern zum Grillen. Und der Nachmittag endete gegen 17:30 Uhr

Leider waren auch wie im letzten Jahr nur sehr wenige Teilnehmer da, die sich dieser Herausforderungen stellten. Deshalb werden wir für die Zukunft kein internes Turnier mehr veranstalten – dies war der letzte Michelauer Pokal!





21. Juli Freibad-Training

Nach weiteren Absagen und der geringen Teilnahme wurde auch das Event abgesagt, schade die TKD-Schule hätte den Eintritt übernommen und jedem Teilnehmer ein Eis spendiert.

Wir haben uns auf viel Spaß und einen tollen Tag gefreut.

Für die Schüler die sich angemeldet haben, machten wir ein „Übernachtungscamp“ mit Spiele , Videoabend und ein Frühstück am nächsten Morgen

26 Juli Breche ein Brett – Waffenseminar

Bei dem ausgebuchte Seminar lernten die Schüler worauf sie achten müssen wenn sie ein Brett zerschlagen sollen – Das Können wurde am Ende der Stunde an einem richtigen Brett dann gezeigt.

In der Zweiten Stunde lernten die Schüler wie man mit einem Langstock und Kurzstock umgeht und sich verteidigt.

Mit viel Spaß und großem Einsatz der Schüler endete das Seminar nach über zwei Stunden.

27/28 Juli Erste-Hilfe-Kurs

Die TKD-Schule bot den Teilnehmern im Alter von 10 bis 16 Jahren einen kostenlosen Erste-Hilfe-Kurs an. Der Kurs dauerte 12 X 45 min. Mit viel Spaß und hervorragenden fachlichen Kenntnissen wurde der Unterricht von Frau Aspacher-Kern geleitet. – Vielen Dank!





29. Juli bis 02. August – Sommer Camp I und vom 19 bis 23 August – Sommer Camp II

Auf dem Programm standen viele verschiedene Ausflüge mit viel Action und Spaß.

Wir waren im Schwabenpark, im Aquatoll – Erlebnisbad Heilbronn, Hochseilgarten uvm.





28 bis 29 September Prüfungs – Camp

Umbau und Umzug in die neuen Räumlichkeiten vom Juli bis 13 Oktober (Neueröffnung)

Vielen Dank an alle Helfer für die tolle Unterstützung!



23 Oktober Hollywoodstar Mike Chat zu Gast in Rudersberg



Abfotografiert ist also: Mike Chat motiviert einen kleinen Taekwondoschüler. So macht Schützen richtig Spaß.

Bilder: Rüdiger

Trainieren mit dem Power-Rangers-Star

Hollywood-Star Mike Chat zu Gast in der Rudersberger Taekwondo-Schule

VON UNSEREM REDAKTIONSMITGLIED MICHAELA KÖHLER

Rudersberg

Mike Chat hat die Kinder im Kleinen weißen Anzug fest im Griff. Er ist ein Held der asiatischen Kampfkunst. Er trägt nicht nur einen schwarzen Anzug. Der 38-jährige Thaiänder macht mit seiner Sportkunst in Hollywood Karriere. Er spielte den Power Ranger Chad Lee, eine Kunstfigur, die kleine Jungs und Mädchen auf Kinderfernsehsendern anhimmelt, spielte Stunt-Rollen für etliche Stars, setzte war er in Rudersberg zu Gast.

Wie es dazu kam? Das liegt an Andreas Schuster. Der Rudersberger Taekwondoinstruktor hatte Mike Chat vor einigen Jahren kontaktiert. Damals war Schuster eine

Mike Chat

Eigentlich heißt das im April 1975 geborene Thaiänder **Michael Chaturantabul**. Nach seinem ersten Erfolg in Thailand, seit 1996 ist er aktiver Kampfsportler und spielt in den Power-Ranger-Filmen mit. In diesen Filmen geht es darum, wie eine Gruppe von jungen Männern, ausgestattet mit Superkräften, immer wieder die Welt retten, die von allerlei Böswichtern bedroht wird. Dazwischenzeitlich arbeitete er als **Stunt-Double** für Hollywoodstars wie Brad Pitt, George Clooney, Matt Damon, Keanu Reeves.

Wenige lang beim Großmeister und Fitnesslehrer in Los Angeles und trainierte mit ihm. Und sie hatten sich vorher gar nicht gekannt. Andreas Schuster erinnert. Aber im Verband sei man grundsätzlich sehr offen, auch herkömmliche Provisoren werden sich gerne kennenlernen. Man fand sich spontan und Schuster hat den Kampfsportler in seine Schule ein. Das Überraschende: Der Hollywoodstar sagte zu, Schuster in Rudersberg zu besuchen, wenn er einmal in Deutschland wäre. Warum, begründete er, dies in der Trainingszeit. Er habe Schuster als einen ehrlichen Menschen kennengelernt und glaube an seine Art, mit Kindern zu arbeiten. Das wundert man, dass Mike Chat, der in Los Angeles wohnt, Rudersberg ergötzt. Sie wollten einfach nur von dem Großmeister lernen.

Auch die Eltern werden ins Training integriert

Am Rand der Sporthalle haben sich etliche Eltern versammelt, die interessiert beaugen, wie sich ihre Sportkinder im Training mit dem Thaiänder machen. Allerdings, Mike Chat macht den Erwachsenen schnell deutlich, dass sie auch eine Aufgabe haben, anzufeuern und zu loben. „Für ihr das noch so wie früher, als Eure Kinder die ersten Schritte machten“, betonen sie. „Nur halt ihr die Augen offenhalten und unterstützen.“ Dann ist er da. Nach immer kein Laut! Als sie angefangen haben zu sprechen und Widerstände zu geben, oder? Die Eltern nickten. Mike Chat sprach sie an, ihre Kinder weiter

anzufeuern, zu guten Leistungen zu ermutigen. Ein Beispiel hat der Großmeister auch noch in petto. Ein kleiner Junge soll sich vor sich in petto auf den Boden legen. Sein Auftrag: Sich verhalten, wie ein kleines Kind, das noch nicht kribbeln kann. Die anderen Taekwondo-Schüler und Eltern sollen dabei aber nicht einfach zuschauen. Nein, sie sollen ihn anfeuern, was das Zeug hält. Und schon wird deutlich: Wer sich in einem Moment aus Applaus anstrengt, muss, der lächelt im stillen Kämmerlein vor sich hintränen.

Und noch etwas sei wichtig: Respekt. Für seine geliebten Schüler zu haben! „Wer die Kinder gegenüber ihren Eltern zeigt, das ist egal, was Chat den Kindern zutraut, sie anheutern mit dieser Formel! Und zwar nicht leise und schüchtern. Nein, mit aller Kraft schreien sie dem Sportler ihre Antwort entgegen. Und machen es so im Klartext, dass er sogar dann ruft, wenn alle anderen schwächen. Der kleine Junge, dem das als System passiert, will am liebsten im Boden versinken. Seine Gesichtsfarbe nähert sich schnell diesem Rottonen an. Die Eltern klammern sich an den Kindern, klatschen

ihm zu und heile ihr was der extreme peitschen Schreie hoch zum Himmel über die Ohren. Er lobt. „Du wirst die nicht sicher, ob ihr es wert sein solltet, aber Du hast es getan und es kam Ende durchgehoben.“ Er wiederholt: „Sie werden Führungsbefehle gemacht“, startet zu applaudieren, die anderen steigen mit ein.

Selbstvertrauen und Disziplin: Das alles soll vermittelt werden. Selbstvertrauen – das soll der Sport den Kindern geben. Selbstvertrauen in die eigene Kraft, in die eigene Energie. An die Eltern gerichtet. Tragt der Sportler nach dem mit den Kindern etliche komplizierte Schlägelingen durchgenommen hat. „Wann habt ihr eure Kinder das letzte Mal so eingekickt?“ Das geladen geantwortet. „Die geladen nur mit dem Achsel.“ So kraftvoll sind ihre Sprünge nur selten. Gestern darum geht es, erklärt der Thaiänder, der zwischen in Los Angeles lebt. „Wir wollen jeden Tag besser werden.“ Und Schulleiter Andreas Schuster erklärt, dass er seinen Schützlingen auch im alltäglichen Training, vertritt zu vertritt, dass es sich lohnen sollte mit einem Maximum an Energie anzugehen. Schließlich vertritt man dann mehr, was wiederum Selbstbewusstsein, Stärke und Kraft gebe.

Kompakt

Ohne Führerschein und betrunken gegen Lampe

Wiesloch. Ein 19-Jähriger Mann ist am Sonntagabend in der Hermannstraße in Wiesloch durch eine Straßensperre gefahren. Der Mann kam im Golf seiner Freundin dabei überfahren. Gegenstand und Fahrer wurden nach rechts von der Fahrbahn ins Gras gedrückt. Der Fahrer wurde schwer verletzt. Die Polizei hat den Mann in einem Krankenhaus in Mannheim eingeliefert. Der Mann ist 1,75 m groß und hat eine dunkle Haarfarbe. Er hat keine Führerscheinbesitz. Er wurde am Sonntagabend um 19.30 Uhr in Wiesloch festgenommen. Er wurde in ein Krankenhaus in Mannheim eingeliefert. Er wurde am Sonntagabend um 19.30 Uhr in Wiesloch festgenommen.

Blutspende in der Gemeindehalle

Rudersberg. Der DRK-Blutspendendienst Baden-Württemberg-Hessen bietet am Freitag, 6. November von 14.30 bis 18.30 Uhr in der Gemeindehalle ein Blutspendevent an. Der DRK-Blutspendendienst Baden-Württemberg-Hessen bietet am Freitag, 6. November von 14.30 bis 18.30 Uhr in der Gemeindehalle ein Blutspendevent an. Der DRK-Blutspendendienst Baden-Württemberg-Hessen bietet am Freitag, 6. November von 14.30 bis 18.30 Uhr in der Gemeindehalle ein Blutspendevent an.

In Kürze

Bemmelshausen. Der Langlaufwettbewerb in Bemmelshausen. Thema: „Was hat der Teufel in der Bibel zu tun?“ 8.45 bis 11.30 Uhr. Ein Gemeindefest zum 100. Geburtstag. Alle Kinder sind herzlich eingeladen.

Was - Wann - Wo

- Blutspendevent:** - Jugendtreff Spektrum, Spengersweg 3, 10 bis 20 Uhr, Offener Haus (Singer-Talente gesucht)
- Sportfest:** 19.30 bis 22 Uhr, Bürgerhof, Fronckstraße 1
- Ausstellung im Rathaus „Kunst & Kunst“ von Schülern der Masche „Joahe Braun“:** Wanderausstellung „Vogelschutz in Schwabensheim“, 8.30-12.30 und 14 bis 19 Uhr, öffentliche Bibliothek, 15 bis 19 Uhr
- Reinhold-Deutsch:** - Sanktverleih, 14.30 bis 17 Uhr, Bürgerhaus, Schützenstraße 20, Fährndorf, 0 71 51 / 7 08 94, Frau Deusch
- Mitbringsplatz:** Dammstraße 16, 10 bis 18 Uhr, Apelesches im Holzschützenbauverein
- Rudersberg-Stellenberg:** - Sportwiese, 9 und 18.30 Uhr, Nordic Walking im Gemeindefest
- Urbach:** - Lauffest Urbach, Walking Nordic Walking, 9 Uhr, ab Antrittschule
- Jugendhaus JVC:** Seewiesenweg 25, 10 bis 21 Uhr, offener Treff
- Winterbach-Engelberg:** - Kunstausstellungen mit Dainch Schneider „Vincent van Gogh“, 13.30 Uhr, Kottentzsaal Freie Volkshochschule

26 Oktober Halloweenparty

Fackelwanderung, Spiel und Spaß standen an diesem Abend auf dem Programm.



09. November „Scorpion Cup“ in Ismaning



Beim internationalen und sehr gut besuchten Scorpionscup in Ismaning stellten sich vier unserer Schüler der Herausforderung.

Es waren viele Teilnehmer aus dem In- und Ausland vertreten.

In der Klasse männlich unter 13 Jahre starteten Marcel Kuhnle und Silas Breitenbücher, bei den Damen unter 13 Jahren waren Michelle Kern und Laura Fischer vertreten.

Folgende Platzierungen konnten erreicht werden.

1 Platz Marcel Kuhnle

3 Platz Silas Breitenbücher

1 Platz Laura Fischer

3 Platz Michelle Kern

Wir gratulieren zu diesem tollen Erfolg und sind stolz auf euch

23 bis 24 November – Lil Dragon Übernachten



Unsere ersten Junior-Assistenten

Erfolgreich abgelegte Prüfung von allen Assistenten

Nachdem die Assistenten die praktische Prüfung bei den Lil` Dragons und Kinder Basic, und die schriftliche wie mündliche Prüfung hatten, konnten wir am Montag, den 09.12.2013 allen Assistenten zum Junior-Assistenten gratulieren.

Sie hatten gute bis sehr gute Leistungen gezeigt. Sie lernten sich vorbildlich zu Verhalten, immer freundlich und hilfsbereit zu sein. Sie lernten wie man die Kinder richtig lobt und korrigiert. Ihr Selbstbewusstsein wurde gesteigert, da sie lernten gewisse Unterrichtsschritte alleine durchzuführen, und vieles mehr.

Wir gratulieren unseren Junior-Assistenten zu ihrer erfolgreichen Prüfung:

- Laura Fischer (Prüfungsbeste)
- Michelle Kern
- Marcel Kuhnle

16.Dezember Ü60 – Prüfung

Alle drei Prüflinge zeigten am Montag 16.12.2013 eine super Leistung. Gratulation zum nächsten Gürtel ! Macht weiter so.

Bestanden haben:

Regina Weiße zum Gelbgurt (Prüfungsbeste)

Evelin Kuhnle und Frank Maedje zum Gelb/Grüngurt



