

BORG-Kurs Wintersemester 2011 November/Dezember 2011



Im Rahmen des Schulsportprojekts des BORG Wiener Neustadt hatte der HAPKIDO Verein wieder die Ehre, das Modul „Kampfsport“ zu veranstalten. In insgesamt 6 Einheiten zu je 75 Minuten konnte den insgesamt 15 Schülern der Oberstufe – davon diesmal nur 2 Jungs – ein kleiner Einblick in das umfassende Hapkido-System des Neustädter Vereins gebracht werden. Neben allgemeinen Elementen der Fallschule wurden alle HAPKIDO-typischen Distanzen bearbeitet: beginnend von einfachen Tritt- und Schlagtechniken wurden die Schüler eingeführt in die Durchführung einfacher Selbstschutz-, Hebel- und Wurftechniken, abgerundet durch Fixierungs- und Bodentechniken. Auch



wenn für viele das Thema komplett neu war, konnten sich doch alle nach einigen Berührungängsten dazu hinreißen zu lassen, die Techniken mit dem Partner zunächst vorsichtig, danach mit immer mehr Enthusiasmus zu trainieren. Wichtig dabei war auch, auf den Partner einzugehen und verantwortungsvoll zu trainieren. Insbesondere muss ich mich bei den Jungs bedanken, die immer wieder mutig als Vorzeigepartner agiert haben ☺ Insgesamt denke ich, dass beim Einen oder Anderen das Interesse für das Thema geweckt werden konnte, und vor allem auch aufgezeigt werden konnte, wie anspruchsvoll und sowohl simpel als auch

technisch komplex und spannend das Thema „HAPKIDO“ ist – und auf keinen Fall etwas mit Gewaltbereitschaft oder Aggression zu tun hat! Also: wer weiß – vielleicht sieht man sich nächstes Jahr sogar im Verein!

Andi O.

1. HAPKIDO Verein Wiener Neustadt

