

ASKÖ Fit & Fun Tag

ASKÖ Fit & Fun Tag

15.09.07 in Wiener Neustadt



Wie die Jahre davor, waren wir auch dieses Jahr beim Fit & Fun Tag mit zwölf Hapkido in vertreten. Für ein paar von uns begann es bereits um 8:15 in der Früh mit Aufbauen. Nach getaner Arbeit, warteten wir gespannt auf unseren Auftritt, dieser fand aber erst um 15 Uhr kurz vor der AUSMUSTERUNG

statt. Leider wurden die Straßen schon um 13 Uhr gesperrt und deswegen kamen einige von uns sehr schwer zum Hauptplatz. Aber irgendwie haben wir es dann doch alle geschafft ☺.

Nach einer kurzen Aufwärmphase begann endlich unser Auftritt. Da dies für manche von uns, darunter für mich, der erste offizielle Auftritt in der Öffentlichkeit vor vielen Menschen war, war ich wie die anderen Neulinge etwas nervös.



Unsere Demonstration begann mit der Fallschule vorwärts und dann rückwärts – eines der wichtigsten Lektionen für einen Hapkido in. Nach dieser Aktion dachte ich nur „Puh, erster Teil geschafft“. Ich schaute in die Menge und sah die Begeisterung des Publikums, und somit war auch mein Lampenfieber weg.



Als nächstes kamen unsere Selbstverteidigungstechniken dran. Hierzu sind wir jeweils zu zweit auf die Mattenfläche gegangen. Als ich an der Reihe war, hatte ich kurz ein Black-out – ich wusste nicht mehr wie die Techniken gingen... Als ich jedoch meinem Partner gegenüber stand, war alles Erlernte wieder da, zudem diese Techniken ja in unseren Trainingseinheiten auch das „Um und Auf“ darstellen. So zeigten wir mit diversen Hebel-, und Schlagtechniken, wie ein (auch stärkerer) Gegner unter Kontrolle gebracht werden kann.

Danach zeigten unsere EM Teilnehmer ihre tollen Technikprogramme her, welche ihnen schon im Mai

bei der Europameisterschaft zu guten Plätzen verhalfen. Natürlich durfte Andis dynamische Hyong nicht fehlen.

Zum Schluss der Demonstration gab es noch ein paar Auszüge aus dem Hapkido-Freikampf, präsentiert von NDee und Roman in voller Schutzausrüstung. Roman hat sich bei einer unglücklichen Bewegung leider etwas verletzt, nach den Untersuchungen im Krankenhaus konnte Roman uns aber beruhigen, es war zum Glück keine schwerere Verletzung – wir wünschen ihm alles Gute! Somit konnte der Fit & Fun Tag 2007 wieder als positives Erlebnis in die Neustädter Hapkido-Annalen eingehen!



Kerstin

1. Hapkido Verein Wr. Neustadt

