

# HAP KI DO – Gürtelprüfung in Wiener Neustadt 07.03.2006

Nach wochenlanger Vorbereitung traten am 7. März neun Hapkidoisten zur Gürtelprüfung in der Turnhalle der HAK Wiener Neustadt an. Eigentlich hätten wir sogar 10 Leute sein sollen, doch Johannes musste vor seiner ersten Prüfung krankheitsbedingt leider w.o. geben.



Für mich als Anwärter zum ersten Weißgurt war es ebenfalls eine Premiere, als Neuling zur Gürtelprüfung anzutreten. Trotz

ausreichender Vorbereitung war ich nach der 'Generalprobe' in der Vorwoche etwas irritiert, ob bei der Prüfung nicht doch die Nervosität zum entscheidenden Faktor werden würde. Doch nachdem beim privaten Training am Wochenende alles recht gut lief, war ich zuversichtlich, dass alles klappen würde.



Bei der Prüfung kam dann doch einiges anders als erwartet. Als Teil des ersten Prüflingspaares stieg meine Nervosität, und spätestens, als ich die Techniken an einem anderen Partner als zuvor vereinbart vorzeigen sollte, war ich zunächst völlig aus dem Konzept gebracht. Dennoch gelangen

die Techniken, wenn auch nicht annähernd so gut wie im Training. Etwas enttäuscht von meiner Leistung, verfolgte ich die Prüfungen meiner Kollegen und konnte feststellen, dass auch ihnen die Nervosität anzumerken war. Und so konnte ich *zwei wichtige Dinge* aus der Prüfung lernen – erstens: die „gesunde Nervosität“ vor der Präsentation kann und soll auch zu Höchstleistungen beflügeln – und zweitens: Selbstverteidigung muss auch mit „unbekannten“ Partnern funktionieren...



Nachdem die Prüfer nach halbstündiger Beratungszeit das Ergebnis bekannt gaben, waren wir alle erleichtert - alle haben die Prüfung bestanden!



Zum Ausklang saßen wir dann noch beisammen und feierten neben der erfolgreichen Prüfung auch Klaus' Geburtstag.

Noch mal ein großes Dankeschön an Bundestrainer Manfred Salmhofer, der die Prüfung abgenommen hat sowie an

unseren Meister Andreas Oberleitner und meine Kollegen im Verein - ich danke euch, dass ich so herzlich im Verein aufgenommen wurde!

Hertner Michaela	9. Kup
Wolf Andreas	9. Kup
Graffelfner Alexander	9. + 8. Kup
Hanika Klaus	9. + 8. Kup
Schaffer Sandra	8. Kup
Hertner Georg	6. Kup
Kirchner Michael	6. Kup
Sagmeister Jörg	6. Kup
Windbüchler Peter	6. Kup

*Andi Wolf („N-Dee“)*

*1. HAP KI DO Verein Wiener Neustadt*