



Taekwondo- und Allkampfschule Wörth zu Gast an der Seligentaler Schule: Um etwas Abwechslung in den Sportalltag der Mädchen von der Seligentaler Schule in Landshut zu bringen und einen Einblick in die Selbstverteidigung zu geben, konnten kurzfristig mit Sportlehrerin Zawadzka und den Trainern der Taekwondo- und Allkampfschule Wörth/Isar wieder zwei Schnupperstunden organisiert werden. Nach dem Aufwärmen, Dehnen, Koordinations- und Gleichgewichtstraining für die fast 100 Mädchen konnte ein kleiner Einblick in den Allkampf gegeben werden. Allkampf ist eine relative junge Kampfkunst und beinhaltet effektivste Selbstverteidigungstechniken verschiedenster Kampfkünste wie: Karate, Taekwondo, Jui-Juitsu, Judo, Kung-Fu und Aikido. Die Mädchen konnten lernen wie man mit wenigen Mitteln und Handgriffen seine Trainingspartner von sich abwehren kann. Mit leichten Hebeln, Kniestößen und Handkanten ging es fleißig zur Sache. Aber auch ein richtiges Angreifen im Training muss gelehrt sein und ein selbstsicheres Auftreten in Gefahrensituationen, dies war ein wichtiges Anliegen der Gasttrainer. Alle hatten sichtlich Spaß und die Trainer waren hocherfreut, wie schnell die Anweisungen umgesetzt werden konnten. Auch die Sportlehrerinnen versuchten sich erfolgreich und hochinteressiert an den Aufgaben und konnten neue Erfahrungen sammeln. Die Gasttrainer waren Pierre, Peter und Pauli. Wer am koreanischen Sport Taekwondo Interesse haben sollte, kann sich gerne in der Taekwondo und Allkampfschule Wörth in der Postauer Straße 26 (ehemaliges Möbelhaus) umschaun. Weitere Infos unter Telefon 0177/5555995 oder im Internet unter www.taswi.de. Beide Bilder zeigen vier Schulklassen der Schnupperstunden mit den Gasttrainern.