

Ho Sin Do Verbandstrainingslager in Sinn – Drei neue Anwärter auf den Meistergrad

Am vergangenen Wochenende fand in der Sinner Schulsporthalle das zweitägige Winter-Verbandstrainingslager statt. Ausrichtender Verein war der TV-Jahn Sinn mit seiner Ho Sin Do Abteilung.

Etwa 40 Sportler aus Hessen und Rheinland-Pfalz waren der Einladung gefolgt. Außerdem war der Systemgründer und Großmeister (10. Dan) Soo Ung Choi sowie Haesong Choun (6. Dan) angereist um am Training teilzunehmen.

Am Samstag begann das Training um 15:00 und endete um 19:30. Nach einem knackigen Aufwärm-Training wurden die Techniken zu den einzelnen Gürtelgraden in entsprechenden Gruppen durchgegangen und verfeinert. Am Sonntag begann das Training um 10:00, ebenfalls mit einem anspruchsvollen Aufwärmtraining, gefolgt von einer weiteren Gürtelgrad bezogenen Trainingseinheit, bevor von 12:00 – 16:30 die Prüfungen stattfanden.

Neben Hand- und Fußtechniken wurden Handbefreiungen, Hebel, Würfe, Selbstverteidigungstechniken sowie traditionelle Formen (Hyongs) durchgegangen. Sandsack- und Pratzentraining sowie für die Dan-Träger Schwerttechniken rundeten das Programm ab.

Die Sinner Prüflinge Bennet Schell und Christiane Thorn können nach erfolgreicher Prüfung den gelben Gürtel (7. Kup) tragen.

Luca Philipp legte im Alleingang die Prüfung zum orangen Gürtel (6. Kup) erfolgreich ab.

Besonders stolz kann der TV-Sinn auf die neuen Anwärter zum Meistergrad sein. Tugba Tas, Denise Theußen und Kevin Hartung tragen seit dem Wochenende den braunschwarzen Gürtel (1. Kup) und haben den Weg zum Meistergrad, dem schwarzen Gürtel (1.

Dan) fast geschafft. Sie sind das künftige Trainer-Team. Rudolf A. Weck (2. Dan) wird im nächsten Jahr und mit der Erlangung der Meistergrade diese Aufgabe sukzessive an die drei übertragen. Der Abteilung wird er treu bleiben aber Kevin Hartung, im Team mit Tugba Tas und Denise Theußen, wird sie in die Ho Sin Do Zukunft führen.

Zum Jahresende wird die Ho Sin Do Abteilung am 12. Dezember um ca. 15:00 in der Jahnhalle in Sinn im Rahmen der Weihnachtsfeier noch eine Ho Sin Do Show zeigen, zu der alle Eltern und Verwandten sowie Freunde der Abteilung herzlich eingeladen sind.