

## **Ho Sin Do Kinderprüfung beim TV-Jahn Sinn**

Die erste Kinderprüfung der Ho Sin Do Abteilung des TV-Jahn für das Jahr 2016 fand am vergangenen Samstag in der Sinner Jahnturnhalle statt.

Ab 10 Uhr fanden sich die Kinder (unter 14 Jahren) gemeinsam mit ihren Eltern in der Sinner Sporthalle ein, um sich durch Abteilungsleiter Dr. Rudolf A. Weck für den nächsthöheren Gürtelgrad prüfen zu lassen. Die Braunschwarzgurte (1. Kup) Tugba Tas und Kevin Hartung werteten als Co-Trainer unabhängig mit und alle drei Prüfer kamen auch bei dieser Prüfung zu einer sehr hohen Übereinstimmung in der Bewertung. Die Prüfungen gingen bis 15:00.

Etwa ein halbes Jahr Vorbereitungstraining braucht man, bis man bereit ist so eine Prüfung abzulegen. Mit zunehmendem Schwierigkeitsgrad werden die Intervalle größer und so können sich Prüflinge mit mindestens 60 Trainingsstunden prüfen lassen.

Geprüft werden Handtechniken, Fußtechniken, Hyongs (traditioneller Kampf gegen imaginäre Gegner), Fallschule, Selbstverteidigung wie z.B. Handbefreiung und Würfe, Kampfverhalten und Bruchtests.

Insgesamt nahmen 5 Kinder an der Gürtelprüfung teil. Die Techniken vom weißen auf den gelben Gürtel (7. Kup) konnten Julia Bloschkin, Anna-Talisa Schneider, Paul-Benedikt Kramer und Jonas Rennert erfolgreich zeigen. Sie wurden

zwischen 3,5 und 2,2 bewertet. Julia Bloschkin erhielt mit 2,2 die beste Wertung. Daneben wurden Chris Stahl von Orange (6. Kup) auf Rot (5. Kup) geprüft. Chris hat die Prüfung ebenfalls erfolgreich mit 2,3 bestanden. Er zeigte Körperspannung und kräftige, meist saubere Techniken.

Die übrigen über 14jährigen Sportler konnten im Rahmen der Vorprüfung teilnehmen um ihren aktuellen Leistungsstand zu überprüfen. Dieser Vorprüfung unterzogen sich Peter Melchior (Vorprüfung 6. Kup /Orange), Julian Metz (Vorprüfung 5. Kup/Rot) und Serhat Yüksel (Vorprüfung 3. Kup/blau). Sie dürfen sich dann am 02. - 03. Juli in Weyerbusch/Rheinland-Pfalz im Rahmen des Verbandstrainingslagers des Deutschen Ho Sin Do Verbandes der eigentlichen Prüfung unterziehen. Alle zeigten saubere Techniken und Konzentration.

Prüfungsgruppe Ho Sin Do TV-Jahn Sinn (v.l.):

Tugba Tas (1. Kup), Peter Melchior (7. Kup), Paul-Benedikt Kramer (7. Kup), Kevin Hartung (1. Kup), Jonas Rennert (7.Kup), Serhat Yüksel (4. Kup), Anna-Talisa Schneider (7. Kup), Julia Bloschkin (7. Kup), Julian Metz (6. Kup), Chris Stahl (5. Kup), Abt.-Leiter und Prüfer Dr. Rudolf A. Weck (2. Dan).