

Gemeinsames
Wettkampftraining
in Hildburghausen
am 28. Februar 2026

Noch beim Nickelhütte Turnier hatte unser Trainer René Richter mit den Sportfreunden aus Hildburghausen und Meiningen abgesprochen, mit ein paar Sportler/innen am 28. 02. zum Wettkampftraining am TUT Stützpunkt Süd zu kommen. So machte er sich zusammen mit Enie Schwichtenberg, Valentina Schaller, Ian Penzel und Patryk Cwik am zeitigen Samstagmorgen auf den Weg nach Hildburghausen. Gegen 9.00 Uhr dort angekommen, wurde sich schnell umgezogen und dann konnte es auch schon losgehen. Michael Prosch (TUT Vizepräsident / Hildburghausen) begrüßte kurz die



Anwesenden und dann übernahm Sebastian Große (Stützpunkttrainer Süd / Meiningen) das Training. Insgesamt waren 18 Sportler/innen in der Halle, um gemeinsam Spaß beim WK-Training zu haben. Zunächst sorgte Sebastian dafür, dass alle gut aufgewärmt waren. Danach wurde kurz individuell

gedehnt, bevor es mit dem Kicktraining weiterging. Zunächst wurde mit dem allgemeinen Pratzenkicken begonnen. Im Laufe des Trainings wurden dann verschiedene Kombinationen trainiert. Für unsere Teilnehmenden war da hin und wieder etwas Neues dabei, da bei uns andere Technik-Routinen trainiert werden. Aber das war ja auch das Ziel, ruhig mal über den eigenen Tellerrand hinausschauen und eben auch mit anderen Sportler/innen als den im eigenen Verein zu trainieren. Anstrengend war es allemal und die Mittagspause mehr als verdient.

Nach der Pause ging es in kompletter Schutzausrüstung mit dem Sparring weiter. Zunächst ließ Sebastian wieder ein paar vorgegebene Techniken und Abfolgen trainieren, bevor es dann an die Umsetzung im Sparring ging.



Hier war deutlich zu erkennen, wer den meisten Spaß daran hatte. Allerdings schwanden dann mit der Zeit auch allmählich die Kräfte. Es war schon nach 13.30 Uhr, als die Ausrüstung abgelegt werden durfte und der cool down angesagt war. Nachdem Michael die Anwesenden verabschiedet hatte und wir unsere Sachen gepackt hatten, ging es kurz nach 14.00 Uhr auf die Heimreise. Gern kann / darf so etwas wiederholt werden.

Taekwondo Team Weida