

TUT Trainer-Training am 30. August 2025 in Jena

Im vergangenen Jahr war es leider nicht zustande gekommen, das Trainer-Training der TUT. Doch in diesem Jahr hat es tatsächlich wieder stattgefunden. Für den 30. August hatte der Lehrreferent Andreas Herzog nach Jena eingeladen. Es konnten leider nicht alle teilnehmen, die aus unserer Abteilung dafür in Frage kamen, dennoch fuhren wir an dem Samstagmorgen mit 6 Leuten zur Judohalle des USV Jena. Neben unserem Trainer René Richter, der Abteilungsleiterin Carmen Richter waren noch Enie Schwichtenberg, Odin und Ian Penzel sowie Patryk Cwik dabei.

In Jena angekommen, standen wir zunächst vor verschlossener Tür, obwohl es etwa 25 Minuten vor dem geplanten Beginn war. Nach einem Telefonat und einige Minuten später war dann auch der Lehrreferent vor Ort. Zu unserem Erstaunen kamen nicht sehr viele Teilnehmende hinzu. Aus Gera waren Birgit Pretzel und Mirko Hartmann angereist, aus Sonneberg war Frank Huss gekommen und der Jenaer Felix Feistel kam auch noch hinzu. Das war es dann aber auch schon! Gerade einmal 11 Leute und davon 6 aus Weida, das hat uns schon ein wenig enttäuscht. Aber es sollte sich im Verlauf der Veranstaltung herausstellen, dass nicht unbedingt die Menge über das Gelingen einer Veranstaltung bestimmt. Wie schon in den letzten Veranstaltungen dieses Formates, lebte das Ganze von den Ideen der Teilnehmenden. Der Lehrreferent moderierte mehr oder weniger nur und gab die Themen vor. So wurde mit dem „Kick off“ - Startschuss nach der (Sommer)Pause gestartet, was nahtlos in das Thema „Kick down“ – ordentlich Durchstarten für maximale Geschwindigkeit überging. Schon im Vorfeld, nämlich mit der Ausschreibung wurden die Teilnehmenden darauf eingestimmt, dass sich Jede/r ein Aufwärmspiel überlegt, bei dem mindestens ein Hilfsmittel benötigt wird. Dies funktionierte sehr gut und es waren auch sehr schöne Ideen dabei, die durchaus in das heimische Training übernommen werden können. Weiter ging es dann mit Übungen, bei denen Schnelligkeit und Reaktion gefragt waren. Auch hier hatten die Teilnehmenden jede Menge Spaß bei der Ausführung.



Im Anschluss wurde es nun interessant, beim Thema „Sidekick“ – nicht ohne meine/n Partner/in. Jeweils in 2er Gruppen aufgeteilt, sollten zuvor ausgeloste Techniken, eine leichte und eine schwierige, entsprechend vermittelt werden. Die besondere Vorgabe vom Lehrreferent hierbei war, dass keine Pratzen verwendet werden durften. Dafür konnte alles andere was auffindbar war herhalten. So kamen als Ziel für die Techniken z.B. Softbälle oder gar Schwimmmudeln zum Einsatz. Die Teilnehmenden konnten ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Nach entsprechender Vorbereitungszeit wurden die Übungen vorgestellt und von den anderen auch ausgeführt. Dabei verging die Zeit recht schnell und schon war

Mittagspause angesagt.

Wie immer gab es ein Buffet von dem, was die Teilnehmenden mitgebracht hatten. Ebenfalls wie immer war dies sehr reichlich, so dass niemand mit knurrendem Magen in den 2. Teil des Trainer-Trainings gehen musste, eher musste aufgepasst werden, dass es nicht zu viel war, was gegessen wurde.

Es ging dann aber eher „entspannt“ weiter. Thema war der Schrittkampf. Kleine Hürde dabei war, dass alle vorher eine entsprechende Karte zu ziehen hatten, worauf stand, mit welchen Techniken angegriffen und mit welchen zu verteidigen war. Natürlich war auch hier Improvisation und Inspiration gefragt. Aber es funktionierte insgesamt recht gut. Zum Abschluss wurde es noch einmal traditionell mit dem Formenlauf.

Abschließend kann man sagen, dass es mal wieder eine kleine, aber feine Veranstaltung war, die durchaus größeres Interesse verdient hätte. Uns hat es jedenfalls sehr gut gefallen und wir werden sicher auch beim nächsten Mal wieder dabei sein. Es sollte noch erwähnt werden, dass diese Veranstaltung für die Teilnehmenden kostenfrei war.

Taekwondo Team Weida

