

TAEKWON-DO/ KICKBOXEN



WER BIN ICH UND WENN JA WIE VIELE?

EINE FRAGE DIE ICH PERSÖNLICH MIT „ICH BIN DER SEBASTIAN UND ICH LIEBE KICKBOXEN“ BEANTWORTEN WÜRDE. ABER WER IST SONST NOCH IN UNSEREM VEREIN UND WAS MACHEN DIESE PERSONEN HIER?

Der Wunsch nach einem gemeinsamen Training führt uns regelmäßig nach der Arbeit, Schule oder Universität zum tus Stuttgart ins Kickboxen-/ Taekwon-Do Training. Neben euch als fleißigen Sportlern, Mitgliedern und Lesern des Sportspiegels ist ein qualifiziertes Trainerteam eine wichtige Komponente für ein erfolgreiches und interessantes Training. Unsere Trainer möchte ich euch an dieser Stelle gerne vorstellen.

Die Kickboxtrainer Stephan Bückler, Kai Perrot, Thomas Pfaffl, Daniel Wissmann

Thomas Pfaffl (48) ist Träger des 4. DAN, Europameister und Gewinner der 1995 in seiner Heimatstadt Stuttgart ausgetragenen Kickboxweltmeisterschaft. Seine jahrelange Erfahrung in Umgang mit Jugendlichen, aufgrund seiner Tätigkeit als Lehrer und einer 25 Jahre langen Erfahrung im Bereich Kickboxen und Taekwon-Do machen Thomas zum idealen Trainer, Coach und Abteilungsleiter.

Stephan Bückler (34) ist Europameister, 3 facher Vizeweltmeister und Gewinner zahlloser internationaler Turniere. Stephan ist international berühmt und berüchtigt für seine extrem starken Kicks und

seinen unbeugsamen Kampfgeist. Im Training inspiriert er seine Trainingspartner und Kampfsportschüler mit einer nahezu endlosen Kondition und Technikvielfalt.

Kai Perrot (36) ist auch in den härtesten Kämpfen die Ruhe selbst und findet dadurch in jeder Deckung eine Lücke. Seine Gelassenheit und 20 Jahre lange Trainings Erfahrung im Kickboxen macht aus Kai einen sehr anspruchsvollen Sparringspartner. Im Training für die Nichtkämpfer stehen der Spaß und eine saubere Technik für Kai im Trainingsmittelpunkt.

Daniel Wissmann (32) ist immer mit hilfreichen Tipps zur Stelle, wenn irgendwo eine Unklarheit entsteht. Sein geschultes Auge hilft Daniel beim Korrigieren von sich langsam einschleichenden Leichtsinnsfehlern. Besonders gern macht der Agraringenieur und Familienvater das Training für unsere Nichtkämpfer und Neueinsteiger. Sollte mal ein harter Sparringspartner für die Turniervorbereitung gesucht werden, ist Daniel ein Kämpfer, auf den stets Verlass ist.

Die Taekwon-Do Trainer Thomas Greiser, Sophia Grieser, Mike Horn, Dominik Samol

Thomas Greiser (52) ist Träger des 3. DAN im ITF Taekwon-Do und mit über 25 Jahren Taekwon-Do Erfahrung einer der erfahrensten Trainer des tus Stuttgart. Das Verbinden von Spaß am Training und dem Respektieren von anderen Trainingspartnern sind nur zwei der vielen Trainerstärken von Thomas. Besonders gerne läuft Thomas Tul's und vermittelt Selbstverteidigungstechniken mit einem Taekwon-Do spezifischen Technikhintergrund.

Michael Horn (57) ist das perfekte Beispiel für „eine harte Schale und ein weicher Kern“. Der Bruchtestweltmeister von 1982 und Europameister im ITF Taekwon-Do hat immer ein Lächeln im Gesicht und ist als Träger des 3. DAN im Taekwon-Do ein sehr kompetenter Trainer. Das Einbringen von traditionellen Techniken und die Selbstverteidigung sind dem Motorradliebhaber besonders wichtig.

Dominik Samol (27) ist neben seiner Tätigkeit als Vorstandsmitglied des tus Stuttgart und stellvertretender Abteilungsleiter unserer Abteilung auch einer der Taekwon-Do Trainer. Auch wenn der Umweltschutztechniker Dominik in seinem Masterstudiengang Fachrichtung Energietechnik nichts über das Verbrennen von Kalorien und Fett mittels Bewegung lernt, sind ihm dieser Aspekt des Trainings wichtig. Die gesunde Mischung aus lockerem Training und hoher



v.l. Stephan Bückler, Thomas Pfaffl, Daniel Wissmann, Kai Perrot



v.l. Michael Horn, Thomas Greiser, Dominik Samol, Sophia Grieser



So sehen Sieger aus! Thomas und Rebecca auf der Europameisterschaft

Präzision des reichhaltigen Taekwon-Do Technikschatzes sind für Dominik Grundbausteine für ein erfolgreiches Training.

Sophia Grieser (27) ist nicht nur Mitglied des Deutschen Nationalkaders und erfolgreiche Kämpferin auf vielen internationalen Turnieren, sondern auch eine der 4 Taekwon-Do Trainer des tus Stuttgart. Von Ihrer langjährigen Turnierfahrung und einer durch spezielles Taekwon-Do Training verfeinerten Technik profitieren alle Ihre Trainingspartner. Und wenn es während des Trainings doch mal jemandem irgendwo weh tut, ist die gelernte Physiotherapeutin sofort zur Stelle und sorgt mit wenigen Handgriffen für eine Linderung der entstandenen Schmerzen.

Es ist Sonntag, der 16.11.2014 und etwas Großes ist im Anflug auf Slowenien!

An Bord eines durchschnittlichen Passagierflugzeugs befindet sich eine überdurchschnittlich motivierte und kampfbereite Truppe. Dar deutsche Nationalkader setzt Kurs auf Maribor, um dort auf der **Kickboxeuropameisterschaft** zu kämpfen. Die Powerfrauen des tus Stuttgart Sonja Becker, Sophia Grieser und Rebecca Pfaffl waren bei diesem großartigen Turnier dabei. Ein Turnier der Topkämpfer aus 36 Nationen trägt man nicht mal kurz am Wochenende aus. Denn aufgrund der hohen körperlichen Belastung für die ca. 600 Kämpfer sollte jeder Teilnehmer wenn möglich nur 1 Kampf pro Tag machen. Und somit dauert eine EM bzw. WM eine komplette Woche.

Sophia Grieser (-60kg) startete als erste tus Stuttgart Kämpferin in diese Europameisterschaft. Gegen die aggressive Irin Aine Leonard hatte Sophia gleich zu Beginn des Kampfes einen schweren Stand. Obwohl sie die Runden nach vorne marschierte, gelang es ihr nicht, sich einen Vorsprung heraus zu kämpfen, da die Irin die klareren Treffer machte. Nach zwei Runden lag Sophia nach Punkten zurück und obwohl sie in der letzten Runde nochmal alles gab, konnte sie den Kampf nicht mehr drehen. Sophia unterlag der später Drittplatzierten Irin bei Ihrer ersten Europameisterschaft mit 0:3.

Sonja Becker (-65kg) konnte in ihrem ersten Turnierkampf gegen die Slowenin Tjasa Kovacic direkt in Führung gehen. Doch die Slowenin blieb gefährlich und konnte zum 3:3 ausgleichen. Kurz vor Ende der ersten Runde bekam Sonja einen Minuspunkt und lag somit 2:3 zurück. In der zweiten Runde machte sie es besser, punktete mit guten Hand- und Fußtechniken und ging wieder mit 7:4 in Führung. Doch dann wurde sie leichtsinnig und die Slowenin konnte auf 6:7 verkürzen. In der letzten Runde dominierte dann wieder zu Beginn Sonja und konnte sich einen Punktevorsprung erkämpfen. Aber die Slowenin war nicht bereit, kampfflos aufzugeben und konnte den Abstand immer weiter verkürzen. Aber unsere

Sonja blieb bis zum Schluss konzentriert und sicherte sich den Sieg mit 12:10 Punkten.

Das Viertelfinale zwischen Sonja Becker und Ina Grindheim aus Norwegen war einer der spannendsten Kämpfe des Tages. In diesem ausgeglichenen Kampf stand es nach den ersten zwei Minuten 1:1. Auch in Runde zwei verschenkte keiner der beiden Kämpferinnen einen unnötigen Punkt durch unüberlegte Aktionen. Und somit war nach der zweiten Runde mit einem Punktezwischenstand von 2:2 für beide Kämpferinnen noch alles offen. In der letzten Runde konnte Sonja zunächst mit 4:2 in Führung gehen, ehe sie nach einem Minuspunkt und einem Kopftreffer der Norwegerin mit 3:4 hinten lag. Sie konnte zwar umgehend ausgleichen, musste dann aber weitere Treffer hinnehmen. Zum Schluss konnte sich die Norwegerin mit einem Endpunktstand von 4:7 den Sieg sichern.

Rebecca Pfaffl (-55kg) konnte in Ihrem ersten Kampf gegen Kelly Thaxter aus England von Beginn an mit klaren Treffern in Führung gehen. Nach zwei Runden führte Rebecca dann schon deutlich mit 11:5 Punkten. Auch in der dritten Runde war sie die klar bessere Kämpferin und konnte weiter fleißig Punkte sammeln. Mit einem sauberen Kick zum Kopf der Engländerin beendete Rebecca den Kampf frühzeitig durch ein Technisches K.O. mit einem Punktstand von 16:5 und sicherte sich so schon mal die Bronzemedaille.

Rebecca begann ihren Halbfinalkampf gegen die Ungarin Cintia Sandoz konzentriert und bewegte sich gut. Die 1:0 Führung für Rebecca konnte die Ungarin jedoch bis zur Pause in eine 3:1 Führung umwandeln. Trotz dieser schnellen 3:1 Führung der Ungarin blieb Rebecca ruhig und kämpfte konzentriert weiter. Im Verlauf der zweiten Runde konnte sie zum 3:3 ausgleichen. Leider riskierte sie dann zu viel und lief in zwei Konter, welche zum Zwischenstand von 5:3 zum Ende der zweiten Runde führten. In der letzten Runde musste Rebecca nun alles versuchen, um den Kampf noch einmal zu drehen. Bei ihren Angriffsversuchen wurde sie jedoch von der schnellen Ungarin ausgekontert und musste so weitere Treffer hinnehmen. Am Ende unterlag sie trotz sehr guter Leistung mit 10:6 Punkten. Dennoch kann Rebecca sich über die Bronzemedaille, die sie sich hart erkämpft hat, freuen.

Kämpfer und Kämpferinnen des tus Stuttgart, macht euch bereit. Putzt die Boxhandschuhe, wascht euer Trainingszeug und packt es zu Kampfgeist und Kondition in die Trainingstasche. Die Turniersaison 2015 ist gestartet und es wird Zeit aufzubrechen. Unser erster Stopp ist die **German Open** in Ebern.

Sonja Becker, Nicholas Bertels, Stephan Bücken, Sophia Grieser und Sebastian Sandoval waren unsere Kämpfer bei diesem Turnier. Neben ihnen waren 500 Teilnehmer aus Deutschland, Ungarn, Österreich und weiteren Ländern angereist.

Sebastian Sandoval (-69kg) machte in diesem Turnier den Anfang. Leider traf er in seinem ersten Kampf direkt auf die Nr. 1 aus Österreich. Sebastian hatte große Schwierigkeiten, in den Kampf zu finden und so lag er bereits nach der ersten Runde deutlich zurück. Auch in der zweiten Runde konnte er den Kampf nicht mehr drehen und musste sich dem späteren Turniersieger Patrick Kalcher mit 3:0 geschlagen geben.

Nicholas Bertels (-94kg), unser Neuzugang aus Bielefeld, startete zum ersten Mal für den tus Stuttgart und konnte direkt mit einem 2:1 Sieg gegen Oliver Seeger in das Turnier einsteigen. Seine jahrelange Kampferfahrung im Taekwon-Do und seine Körpergröße von 1,96 cm nutzte Nicholas sehr gut aus, um den Kampf zu bestimmen. In seinem zweiten Kampf traf Nicholas auf Mike Höfer vom deutschen Nationalkader. Der Vizeweltmeister musste alles geben, um unseren sehr stark kämpfenden Nicholas zu besiegen. Am Ende der zweiten

Runde entschied 1 Kampfrichterpunkt zugunsten von Mike Höfer den Kampf.

Sophia Grieser (-60kg) hatte die Lage voll im Griff. Ihrer ersten Gegnerin vom Kickboxverein Black Eagle ließ Sophia keine Chance, Punkte zu machen. Mit einem klaren 3:0 Sieg marschierte Sophia direkt ins Finale. Das Finale gestaltete sich punktemäßig ähnlich einseitig wie das Halbfinale. Auch wenn Theresa Götz, vom KBV Erding, alles versuchte um Sophia zu besiegen, musste sie sich mit 3:0 der klar besseren Kämpferin vom tus Stuttgart geschlagen geben.

Sonja Becker (-65kg) war wieder überall erfolgreich dabei. In den Teamkämpfen am Freitag konnten Sonja und ihr Team den 1. Platz erkämpfen. Am Samstag startete Sonja in den Gewichtsklassen (-65kg) und (-70kg). In ihrer zweiten Gewichtsklasse (-70kg) bereitete Sonja ihrer österreichischen Gegnerin Angelika Schmidt ein herzliches Willkommen. Der Kampf endete am Anfang der zweiten Runde mit einem technischen K.O., bei einem Punktestand von 11:1. Im Halbfinale traf Sonja dann auf Lisa Marie Fritsch, Ein harter Kampf zwischen 2 ebenbürtigen Kämpferinnen, der erst in den letzten Sekunden der zweiten Runde entschieden werden konnte. Leider war nach einem 5:6 Endpunktestand in dieser Gewichtsklasse Schluss für unsere Kämpferin.

In ihrer Hauptgewichtsklasse (-65kg) konnte Sonja einen perfekten Sieg erkämpfen. Ein technisches K.O. ist schon etwas besonderes, aber wer eines mit 10 Treffern und keinem Gegentreffer schafft, zeigt damit, was eine wirklich überragende Leistung ist. Im Halbfinale hieß es dann Sonja vs Joyce von den Brande. Die Belgierin gab in diesem Kampf alles was sie hatte und konnte 9 Treffer bei Sonja erzielen. Aber dank Nerven aus Drahtseilen behielt Sonja die Konzentration und konnte 12 Treffer erzielen und somit ins Finale einziehen. Ihre Finalgegnerin Evelyn Neyens machte Sonja das Leben von Anfang an schwer und durch die vielen Kämpfe geschwächt konnte sie nicht mehr die nötige Konzentration auffahren, um das Blatt noch zu wenden. Am Ende war es ein deutlicher 12:4 Sieg für die zweite Belgierin in dieser Gewichtsklasse.

Sebastian Sandoval

l<<



Stolzer Trainer und erfolgreiche Kämpfer

VIKING®

DIE PROFIS IM GARTEN!

Qualität erleben mit Endress®

Rasenmäher ab **149,- €**

Rasentraktoren



- Rasenmäher
- Rasentraktoren
- Robotermäher
- Motorsensen
- Heckenscheren
- Motorsägen
- Hochdruckreiniger
- Sauger
- Akku-Gartengeräte
- ... und vieles mehr

SERVICE IST UNSERE STÄRKE

- Kompetente Beratung
- Meister-Werkstatt
- Kundendienst/Reparaturen
- Günstige Abhol- und Lieferpauschalen

WIR BIETEN MEHR - vor und nach dem Kauf.

Unsere Standorte in Ihrer Nähe:

70327 Stuttgart (Wangen)
Telefon 07 11/40 92-153

71364 Winnenden (Birkmannsw.)
Telefon 071 95/7 38 38

NEU! Ab 04.05. in S-Weilimdorf
Telefon 0711/1 36 70 20

73730 Esslingen-Sirnau
Telefon 07 11/3 45 05 88

71334 Waiblingen (Hegnach)
Telefon 071 51/188 87

22 x in Deutschland
www.endress-shop.de



endress
Technik im grünen Bereich

Der Motorgeräte-Fachmarkt in Ihrer Nähe