

Freikampflehrgang in Gleisdorf/STMK 24./25.03.2007



Unsere erste Lehrgangsreise in diesem Jahr führte uns in die grüne Mark, genauer gesagt nach Gleisdorf, wo der ansässige Hapkido Verein unter der Leitung von Meister Manfred Salmhofer alle Mitglieder des ÖHKDB zu einem Wochenendlehrgang, gepaart mit dem obligaten Praxisturnier, einlud. Wie üblich wurde die Gruppe nach einer kurzen gemeinsamen Aufwärmphase in drei Teile

(entsprechend der Gürtelklassen bzw. der Module) geteilt. Im Modul 1 hatte ich die Ehre, Michi Raimann zu assistieren. Hier wurde ein sehr wichtiges Thema, das Thema der Sperrtechniken, durchgemacht. Modul 2 unter der Leitung von Paul Lengenfelder und Erwin Zöhler beschäftigte sich mit Täuschungsmanövern und der richtigen taktischen Einsatz von Beintechniken. In der höchstgraduierten Gruppe, im Modul 3 unter der Leitung von Manfred Salmhofer und Christian Kepsak, ging man schon sehr in die Tiefe – hier wurden unter anderem komplexe Angriffskombinationen und Konter mit Hebel- und Wurftechniken erarbeitet.

Am Sonntag ging es wieder an die Umsetzung in die Praxis beim „Turnier“, wobei es in vier



Fünfergruppen auf zwei Mattenflächen parallel zur Sache ging. Aus Wiener Neustadt waren diesmal verletzungsbedingt viele Fixstarter nicht am Start – jedoch wurden diese von den beiden Aktiven Neustädtern Andi Wolf und Jörg Sagmeister gut vertreten.

Für jeden brachte das Wochenende ein Stückchen Erfahrung – für einige unserer steirischen Kollegen brachte es sogar

Edelmetall, da es gleichzeitig um die Ermittlung des steirischen Landesmeisters ging. Auch von dieser Seite Glückwunsch an alle Gewinner, aber auch generell an alle, die sich dem Kampf stellten und die Herausforderung mit Bravour meisterten!



Andi O.

1. HAPKIDO Verein Wiener Neustadt