

Durchweg positive Resonanz Danprüfung Ü40



Die große Nachfrage bestätigte eindrucksvoll die Qualität des Angebots: Über 60 Sportlerinnen und Sportler meldeten sich zur ersten Ü40-Danprüfung der TUBW an.

Die drei Prüfer, TUBW-Präsident Wolfgang Brückel, Vizepräsident Kwak-Kum Sik und Lehrwesenreferent Thomas Koleyko, sahen sich durch den großen Andrang in ihren kühnsten Erwartungen übertroffen.

Die Anregung für die spezielle Prüfung war von Thomas Koleyko gekommen. „Mir haben immer wieder – zum Beispiel im Rahmen von Trainerausbildungen – Sportler im Alter 40 plus berichtet, dass sie vor einer Danprüfung zurückschrecken, obwohl sie objektiv gesehen alle Voraussetzungen dafür erfüllen. Der Grund war einfach die Scheu, sich einer Prüfung gemeinsam mit oft 20 oder 30 Jahre jüngeren Kandidaten zu stellen.“ So reifte bei Thomas Koleyko die Idee einer Ü40-Prüfung, von der er seine Vorstandskollegen überzeugen konnte. Gleichzeitig erklärte er sich bereit, mit seinem Verein Taekwondo Koleyko die Ausrichtung der Prüfung zu übernehmen, die am 30. Juni in Wiesloch stattfand. „Wir wollten damit ganz klar keine Parallelveranstaltung zu den regelmäßigen TUBW-Danprüfungen ins Leben rufen. Tatsächlich handelte es sich im Grund um eine ganz normale Prüfung, lediglich bei der Zielgruppe legten wir einen besonderen Maßstab an“, betont Koleyko. In seinem Verein hat der engagierte Trainer schon seit einigen Jahren mit großem Erfolg eine Ü40-Trainingsgruppe installiert. „Für viele dieser Späteinsteiger war die Teilnahme an einer Danprüfung bisher utopisch. Nun haben acht davon bei der Ü40-Prüfung teilgenommen und waren erfolgreich. Diese Sportler haben jetzt eine ganz neue Perspektive gewonnen und sehen sich in ihrer persönlichen Entwicklung enorm bestätigt – diese Chance sollten wir älteren Sportlern unbedingt eröffnen. Nicht zuletzt halten wir sie auf diese Weise ja auch beim Taekwondo und davon kann der Verband nur profitieren“, resümiert Thomas Koleyko.



leistungsorientiert trainiert. Mit den Jahren stoßen viele Sportler dabei an ihre Grenzen. Wenn das von den Trainern respektiert wird, dann haben auch Sportler über 40 Spaß am Taekwondo und bleiben ihrem Sport lange verbunden.“

Karl-Heinz Schulz
Taekwondo Dojang Mannheim
Mit 63 Jahren der älteste Prüfungsteilnehmer



„Ich betreibe seit 40 Jahren Taekwondo, war 1981 Gründungsmitglied der DTU und stehe auch heute noch zwei Mal in der Woche als Trainer in der Halle. Trotzdem lag meine letzte Danprüfung mittlerweile 25 Jahre zurück. Zahlreiche Sportfreunde sind, was die Prüfungen angeht, an mir vorbei gezogen. Ich selber scheute vor einer Prüfung zurück: Ich war einfach einer der ältesten in meinem Kreis und da sind zum Beispiel hohe Kicks nicht mehr möglich, die in jungen Jahren kein Problem waren. Die Ü40-Danprüfung kam für mich deshalb wie gerufen. Ich habe mich sechs Monate lang intensiv vorbereitet und jetzt die Prüfung zum 4. Dan abgelegt – darauf bin ich stolz. Ich habe gesehen: Auch wir Älteren müssen uns nicht verstecken. Ich würde mich freuen, wenn mehr Vereine auf die Bedürfnisse von älteren Sportlern eingehen. Leider wird in vielen Vereinen rein

Britta Scherer
Taekwondo Club Ilyo Weingarten/
Taekwondo Club Spöck

„Vor knapp zehn Jahren, vor der Geburt meines ersten Sohnes, habe ich die Prüfung zum 2. Dan abgelegt. Danach war das Thema Danprüfungen für mich persönlich vor allem aufgrund von Zeit- und damit Trainingsmangel eigentlich abgeschlossen. Aber dann haben mein Mann und auch meine inzwischen zwei Söhne angefangen, mich zu überreden, ich sollte doch den 3. Dan machen. Für mich kam das zuerst überhaupt nicht in Betracht. Für den 3. Dan musste ich fünf Bruchtests machen, davon drei gesprungene. Diese Sprungtechniken im Kreis von jungen und topfiten Prüflingen vorzuführen, konnte ich mir nicht vorstellen. Als dann die Prüfung Ü40 ausgeschrieben wurde, meinte mein Mann: ‚Jetzt oder nie – jetzt gehen wir das an.‘ Ich habe angefangen, mich jeden Tag zuhause mit meinem Mann und Trainer Michael vorzubereiten. Er und meine Söhne sind wahnsinnig stolz, dass ich die Prüfung erfolgreich bestanden habe. Ich möchte jetzt weitermachen und peile bereits den 4. Dan an. Dafür könnte ich mir auch eine ‚normale‘ Danprüfung vorstellen, denn da stehen die gefürchteten Sprungtechniken nicht auf dem Programm.“

Margarete Hilkert
Budokwai Öhringen

„Ich habe mich für die Ü40-Prüfung angemeldet, weil ich mir dachte, dass ich mich dort gut aufgehoben fühle. Wenn man nicht mehr ganz jung ist und das eine oder andere