



Bundesbreitensportlehrgang in Bielefeld

Am 14. April 2018 fand ein Bundesbreitensportlehrgang (BBSL) in Bielefeld statt, an dem wieder Sportler aus den Vereinen Han-Kook Jülich e.V und Han Kook Eschweiler e.V. unter den 250 Teilnehmern waren.



BBSL zeichnen sich durch hervorragende Referenten wie z.B. Lee, Dong Eon (Bundestrainer Vollkontakt), Cem Ünlüsoy (mehrfacher Deutscher Meister Vollkontakt), Kim, Young Hee (Bundestrainer Formen Österreich), Bianca Schönemeier (mehrfache Deutsche Meisterin) aus. In vielen Einheiten hat jeder Teilnehmer die Möglichkeit, sich auszuschauen, was besonders interessiert.

Insgesamt wurden an dem Tag in 6 nahe beieinander liegenden Sporthallen 36 verschiedene Module angeboten. Es gab Einheiten über Angriffstaktik, Kontertechniken, Prätzen- und Schnelligkeitstraining. Von den Formen-Profis konnten wichtige, aktuelle Neuerungen abgeschaut werden. Im Einschrittkampf zeigte Thomas Lettner, wie diese Disziplin dynamischer ausgeführt und geübt werden kann. Daneben wurde ein breites Spektrum an realitätsnaher Selbstverteidigung geboten und die Abwehr und von bewaffneten Angriffen. Hierbei zeigte sich für den ein oder anderen, dass der Kampf auf der Straße andere Anforderungen hat und die Schönheit der Techniken dabei zu Gunsten der Effektivität zurückgestellt werden muss.

In weiteren Einheiten konnte sich zudem in Randthemen ausgetobt werden. Spezialtritte, Spezialdrehtritte, Akrobatik und Freestyle rundeten dann Gesamtangebot ab, wobei hier noch nicht einmal alle Einheiten des Tages aufgezählt sind. Mit der Bereitstellung einer separaten Kinderhalle hat der BBSL auch für Jüngsten ein attraktives Programm geboten.

Aber wie bei allen Lehrgängen war auch hier das gemeinsame Erleben wichtig. Freunde aus ganz Deutschland trafen sich und es wurden neue Kontakte und Bekanntschaften geknüpft. Ein gelungener Tag!

