

Turnverein 1894 Zell am Neckar e.V. (TVZ)  
Geschäftsstelle: Lienhardstraße 4, 73730 Esslingen  
Tel. 0711/36 76 55 Fax: 0711/36 09 564 oder tv-zell@t-online.de

## Gürtelprüfung beim Taekwondo

Zwölf Jungen und ein Mädchen haben in der Taekwondo-Abteilung des Turnvereins Zell in diesem Jahr eine Gürtelprüfung, die Beleg ihrer Fertigkeiten in dieser asiatischen Kampfsportart ist, mit Erfolg abgeschlossen. Insgesamt gibt es im Schüler-Taekwondo 10 verschiedene Stufen, die von weiß, der Farbe der Anfänger bis hin zu schwarz, der Farbe der ersten Meister-Graduierung gehen. Von einer Prüfung zur nächsten wird in der Regel ein Trainingszeitraum von einem halben Jahr bis zu einem Jahr vorausgesetzt.

Der Gürtel ist neben der Jacke und der Hose Bestandteil des Kampfanzugs beim Taekwondo, dem sogenannten Dobok. Die unterschiedlichen Gürtel dienen aber nicht ausschließlich der Erkennung des Ranges. Viel wichtiger ist, dass er mit dem richtigen Druck an der richtigen Stelle gebunden wird. Die liegt nach der asiatischen Philosophie drei Finger unter dem Bauchnabel, dem Zentrum der Entstehung für die Lebenskraft (Chi). Mit dem richtigen Druck gebunden macht es den Gürtel möglich, den gesamten Körper blitzartig anzuspannen. Gleiches machen übrigens auch die Gewichtheber, die ihren Kraftgürtel nicht am Bauch, sondern auch drei Finger breit unter dem Bauchnabel tragen.

Die Prüfung für den Gelbgürtel haben bestanden: Tim Lemke, Jonas Gähr, Hannes Kurrle, Ibrahim Sulutay und Christian Pfrenger. Den Grünstreifen erhielten: Lennart Gähr und Robert Dietz. Den Blaustreifen schafften: Timo Walke und Eric Walke. Den Rotgürtel schafften: Bernd Rieger, Melanie Schefenacker, Patrick Schefenacker, Michael Schefenacker und Günther Hortig.

Derzeit hat wieder ein Training für Anfänger unter den Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen begonnen, in das man noch einsteigen kann. Immer **freitags von 17.15 bis 18.15 Uhr und von 18.15 bis 19.15 Uhr** ist hier das Training in der **Gymnastikhalle der Sporthalle des Berufsschulzentrums Zell**, Steinbeisstraße 17. Weitere Informationen zum Taekwondo im Turnverein Zell in der Website des Vereins: [www.tvz-neckar.de](http://www.tvz-neckar.de).

