**SpVgg Bruck - Abt. Taekwondo**

**Liebe(r) "Taekwondo-Interessierte",**

wir freuen uns sehr, dass Du dich für unseren schönen Sport interessierst. Solltest Du beabsichtigen bei uns Mitglied zu werden (was uns natürlich sehr freuen würde), möchten wir Dich auf einige Punkte hinweisen, die wir als sehr wichtig betrachten, um einen ungestörten und für Dich erfolgreichen Sportbetrieb zu ermöglichen.

Taekwondo ist eine asiatische Kampfsportart, in der neben den sehr komplexen sportlichen Fähigkeiten auch Werte vermittelt werden, die vielleicht nicht mehr als sehr zeitgemäß betrachtet werden, die aber, nach unserer Ansicht, absolut unerlässlich sind:

**Respekt**

Wir erwarten von allen unseren Mitgliedern einen respektvollen Umgang untereinander und insbesondere gegenüber den Trainern, höher Graduierten und älteren Mitgliedern. Die Trainer (Dan Träger) sind von jedem Mitglied per Handschlag zu begrüßen. Herkunft, Religion und Aussehen spielen bei uns keine Rolle - alle sind gleich (was sich auch in der für alle gleichen Trainingskleidung nach außen hin widerspiegelt).

**Disziplin**

Die Trainingszeiten sind genau einzuhalten. Den Anweisungen der Trainer ist ohne Diskussion Folge zu leisten (nach dem Training können Punkte, die einem missfallen gerne besprochen werden). Während des Trainings ist "unnützes Geschwätz" verboten, ebenso wie Essen, Trinken und Kaugummikauen.

Die Halle darf ohne Erlaubnis des Trainers nicht verlassen werden.

**Persönliche Härte und Beharrlichkeit**

TKD ist ein Kampfsport. Prellungen und kleinere Blessuren sind unvermeidlich und an der Tagesordnung (und im direkten Wettkampf ist es ja auch das Ziel den Gegner zu treffen). Um ein gewisses sportliches Niveau zu erreichen, muss man jederzeit bereit sein an die eigenen körperlichen Grenzen zu gehen. Dies ist nicht leicht und erfordert eine hohe Willensstärke und die Fähigkeit, sich immer wieder aufs Neue gegen den "inneren Schweinehund" durchzusetzen.

Wer sich von uns eine Waldorf oder Montessori Pädagogik erhofft, ist bei uns vollkommen fehl am Platz.

Der sportliche Erfolg im Taekwondo beruht auf 20 % Talent und zu 80% auf Schweiß.

Das Training findet zweimal pro Woche statt und wer nicht bereit ist, regelmäßig und mit vollem Einsatz zu trainieren, wird in diesem Sport niemals die von uns gesetzten Anforderungen erfüllen und wird daher auch niemals zur Gürtelprüfung zugelassen.

Ein einmaliges Training pro Woche bringt, wie jeder weiß, der auch nur minimale Grundkenntnisse der Trainingslehre hat, so gut wie nichts.

**Mut**

Sich mit einem Trainingspartner im direkten Wettkampf körperlich auseinanderzusetzen, erfordert eine gewisse Überwindung und Mut. Man kann vor dieser Herausforderung nicht weglaufen - wie bei vielen anderen Herausforderungen im Leben eben auch nicht.

**Fleiß**

Wir erwarten von jedem Mitglied, dass es nicht nur regelmäßig ins Training geht, sondern sich darüber hinaus auch außerhalb des Trainings mit den theoretischen Grundlagen beschäftigt.

Die Formen (Poomse) werden im Training gezeigt und auch geübt, aber der Ablauf muss dann zuhause so lange geübt werden, bis die Form fehlerfrei beherrscht wird. Wer dazu nach vier bis sechs Wochen nicht in der Lage ist, sollte sich einen Wechsel der Sportart überlegen.

**Hilfsbereitschaft und Rücksichtnahme**

Für Egoismus ist bei uns kein Platz. Jeder hat sich der Gruppe ein- und unterzuordnen und dazu gehört auch, dass man sich gegenseitig hilft und unterstützt. Die Hilfe besteht auch darin, dass man seinen Trainingspartner auf Fehler hinweist, und dass man seinen Trainingspartner immer zu höchster Leistung motiviert.

**Ordnung**

Es ist selbstverständlich, dass die Mitglieder in einem sauberen TKD-Anzug (Tobok), mit kurz geschnittenen Finger- und Zehennägel und ohne Ringe, Kettchen oder Piercings im Training erscheinen.

Mit der Halle - und dazu gehören auch die sanitären Anlagen und die Umkleidekabinen - ist pfleglichst umzugehen. (Gemäß dem Motto: "Wer schmutz, der putzt!")

Die Halle ist unser sportliches Zuhause, das genauso sauber zu halten ist, wie sein eigenes Zuhause.

Die Trainingsmittel (Pratzen, Kampfwesten, Bälle etc.) werden nach dem Training wieder ordentlich aufgeräumt.

Solltest Du nach dem Lesen dieser Zeilen immer noch Lust haben, bei uns Mitglied zu werden, dann weißt Du ja nun, was wir von unseren Mitgliedern fordern und erwarten - und zwar ohne jegliche Diskussion und Ausnahme.

TKD ist eine Schule für das Leben und wer sich darauf einlässt, kann sehr viel für das Leben lernen und profitieren. Aber es ist auch ein sehr mühsamer und anstrengender Weg, der viel Engagement fordert und bei dem man nie ans Ziel kommt - denn wie beim Marathon, so ist auch bei uns der "Weg das Ziel" eben "Do".

**gelesen, verstanden und akzeptiert**

**Bruck, \_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

 **(Unterschrift)**