



Taiji-Training mit Ruiqi Jia

Oster-Trainingscamp im LLZ in Rees

Über die Ostertage organisierte der Nordrhein-Westfälische Wushu-Verband ein Trainingscamp für interessierte Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene. Für das abwechslungsreiche Programm der Trainingstage sorgte ein Team aus mehreren qualifizierten Referenten verschiedener Wu-shu- und Kungfu-Stile. Die Gesamtleitung lag in den Händen von Manfred Eckert, der wieder einmal ein schlagkräftiges Referententeam für diese Maßnahme zusammen stellte: Ruiqi Jia aus Wolfsburg, Sergey Merten aus Bad Salzuflen, Uta Stang aus Bad Honnef und Michael Mende aus Moers. Ob traditionelles und modernes Wushu, Taiji,

Leichtkontakt als Wettkampfsport oder Kungfu-Dju Su für den Bereich Selbstverteidigung, die Teilnehmer erhielten die Möglichkeit nicht nur ihr

Wissen zu vertiefen, sondern auch in das breite Spektrum der chinesischen Kampfkünste Einsicht zu bekommen.

Nach Ankunft aller Teilnehmer am Abend des Gründonnerstags wurde der Trainingsplan für die nächsten Tage aufgestellt. Die Trainingstage wurden im gleichen Rhythmus durchgeführt: Tai Chi zum Wachwerden, Frühstück, 1. Trainingseinheit, Mittagessen, 2. Trainingseinheit, Abendessen und bis zur Bettruhe eine dritte Einheit. Die Trainingsphase wurde eröffnet mit einer Selbstverteidigungseinheit. Um das Eis zu brechen, konnte man sich bei verschiedenen Wettkampfspielen „beschnuppern“.

Insgesamt stieß das Trainingscamp bei den Jugendlichen auf eine positive Resonanz. Obwohl einige Trainingsstunden für die Meisten ungewohnt waren, wurden sie als lehrreich und effektiv empfunden. Die Unterbringung, die Verpflegung und der Trainingsraum waren für diese Maßnahme optimal - einfach „super gut“.

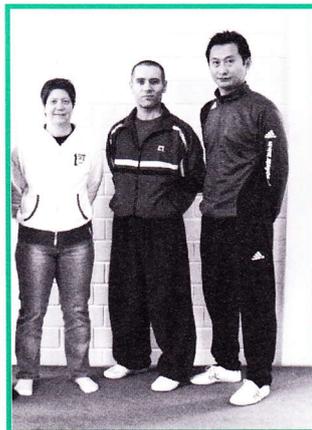


Leichtkontakttraining: Teilnehmer und Landestrainer



ebenfalls das Training, das von den Referenten sehr engagiert und ausdauernd geleitet wurde, gefiel der Gruppe sehr gut. Abschließend ist zu sagen, dass alle Jugendlichen jederzeit an solch einer Maßnahme des Wushu-Verbandes gerne erneut teilnehmen würden. Sie fanden es schön, neue Freundschaften schließen zu können.

Referenten:
Uta Stang, Sergey Merten und Ruiqi Jia



Zum Abschluss gab es auch zur Freude der Jugendlichen Urkunden



Training mit dem Säbel und Langstock



Optimal wurden die Teilnehmer im Bistro des LLZ verpflegt

Termine

Mai

Samstag, 15. Mai 2010

Süddeutsche Wushu-Meisterschaft in Tübingen für Formen, Partner und Gruppenvorführungen

Samstag, 15. Mai 2010

5. Dan-Vorbereitungs-LG, Fachschaft Shaolin-Kempo in Moers, Teilnehmer ab Blaugurt

Sonntag, 16. Mai 2010

Wushu-Stützpunkttraining des WVNW im LLZ Rees für alle interessierten Sportler, Thema: Internationale Wettkampfformen nach int. Regelwerk 3. Langwaffen

Mittwoch, 19. Mai 2010

Taijiquan-Stützpunkttraining des WVNW im LLZ Rees für alle interessierten Sportler, Jugendliche ab ca. 14 Jahre und Erwachsene, Thema: Basisausbildung bis hin zur 10er- und 16er-Form

Samstag, 29. Mai 2010

Weiterbildungslehrgang Taijiquan des WVNW im LLZ Rees für alle interessierten Sportler, Jugendliche ab ca. 14 Jahre und Erwachsene, Thema: Taijigongfu shan (Fächer)

Samstag, 29. Mai 2010

Weiterbildungslehrgang Taijiquan des WVNW im LLZ Rees für alle interessierten Sportler, Jugendliche ab ca. 14 Jahre und Erwachsene, Thema: 42er-Form

Sonntag, 30. Mai 2010

Sonder-LG, Tierstile im LLZ Rees

Um das breite Spektrum des Wushu/Kungfu bekannter zu machen, möchten wir das, was unsere Mitgliedsvereine so unterschiedlich macht, an euch weiter geben.

Juni

Mittwoch, 2. Juni 2010

Taijiquan-Stützpunkttraining des WVNW im LLZ Rees für alle interessierten Sportler, Jugendliche ab ca. 14 Jahre und Erwachsene, Thema: Basisausbildung bis hin zur 10er- und 16er-Form

Samstag/Sonntag, 5./6. Juni 2010

Lizenztrainer-Ausbildung Teil 1 des WVNW im LLZ Rees Vereinsrecht, 1. Hilfe, Physiotherapie, Sportmedizin, Organisationsstrukturen, Teilnehmer: Trainer und interessierte Sportler des WVNW

Mittwoch, 16. Juni 2010

Taijiquan-Stützpunkttraining des WVNW im LLZ Rees für alle interessierten Sportler, Jugendliche ab ca. 14 Jahre und Erwachsene, Thema: Basisausbildung bis hin zur 10er- und 16er-Form

Samstag, 19. Juni 2010

Dan Prüfungen des WVNW e.V.

Samstag, 26. Juni 2010

Außerordentlicher Verbandstag des WVNW e.V., Tagesordnung folgt.

Sonntag, 27. Juni 2010

Sonder-LG, Pok Kek Kune und Chan Shaolim Si im LLZ Rees. Um das breite Spektrum des Wushu/Kungfu bekannter zu machen, möchten wir das, was unsere Mitgliedsvereine so unterschiedlich macht, an euch weiter geben.

Juli

Samstag/Sonntag, 3./4. Juli 2010

Lizenztrainer-Ausbildung Teil 2 mit Abschlussprüfung des WVNW im LLZ Rees Vereinsrecht, Physiotherapie, Sportmedizin, Organisationsstrukturen, Teilnehmer: Trainer und interessierte Sportler des WVNW e. V., Teilnahme am Teil 1 vom 5./6. Juni zwingend notwendig.

Donnerstag, 15. Juli 2010

Beginn der Schulferien in Nordrhein Westfalen

Internetseite des WVNW www.wushu-nrw.de
Internetseite der DWF www.wushudwf.de