

# Erfolgreiche Dan-Prüfung im Dezember 2022

Am Samstag, den 3. Dezember 2022, fand in Mühlacker eine Landes-Dan-Prüfung der TUBW statt, für die sich vom Taekwondo-Club ILYO Weingarten auch unser Trainer Lorenz Spohrer angemeldet hatte. Ausrichter der Prüfung war der Taekwondo Mühlacker e.V. Lorenz stellte sich gemeinsam mit 26 weiteren Prüflingen aus ganz Baden-Württemberg der Herausforderung einer Dan-Prüfung (Prüfung zum schwarzen Gürtel). Die Spanne der vertretenen Graduierungen reichte vom 1. Kup bis zum 2. Dan. Lorenz war angetreten, um den 1. Dan-Grad zu erlangen.

Nach über drei Jahren Vorbereitungszeit und sehr gut vorbereitet von seinen Trainern Michael Scherer und Markus Schmiel absolvierte Lorenz routiniert und sicher sein Prüfungsprogramm. Zuerst lief er zwei Poomsae-Formen, die Taeguk Chil Jang zur Überprüfung und seine eigentliche Prüfungsform, die Taeguk Pal Jang. Als nächste Disziplin stand Einschrittkampf (Ilbo-Taeryon) mit einem Partner an. Es folgte Selbstverteidigung (Hosinsul) waffenlos gegen Halte- und Würgegriffe sowie gegen Stockschläge eines Angreifers. Als nächste Prüfungsdisziplin war Vollkontakt-Zweikampf (Kyorugi) an der Reihe, dieser wurde mit Kampfweste und kompletter Schutzausrüstung gemäß Wettkampfordnung der DTU durchgeführt. Als Letztes stand der Bruchtest (Kyokpa) an. Hierbei musste Lorenz insgesamt drei Holzbretter durchtreten bzw. zerschlagen, was ihm problemlos gelang.

Lorenz konnte die drei TUBW-Prüfer Herr Wolfgang Brückel (9. Dan), Herr Cataldo Creti (8. Dan) und Herr Enrico Simon (8. Dan) durch sehr gute Leistungen überzeugen, so dass er am Ende sein Prüfungsziel, den 1. Dan im Taekwondo, erreichte.

**Herzlichen Glückwunsch!!**

## Eindrücke von der Prüfung:



*Lorenz bei der Taeguk Pal Jang (Poomsae),*



*...beim Hosinsul*



*...beim Vollkontakt-Zweikampf*



*...und beim Bruchtest*



*Nach der Prüfung mit Trainern und Prüferteam...*



*...und mit seinen sehr zufriedenen Trainern Michael und Markus*