

Gelungenes Ho Sin Do Trainingslager in Melsungen: Ali Sinek aus Sinn trägt jetzt den 3. Kup (Blau)

Am vergangenen Wochenende fand in Melsungen das zweimal jährlich stattfindende Trainingslager des Deutschen Ho Sin Do Verbandes statt. Die Sinner Ho Sin Do Abteilung war mit 11 Sportlern und mit ihren Trainern angereist um sich am Samstag und am Sonntagmorgen nochmals intensiv mit den koreanischen Kampftechniken auseinanderzusetzen und zu verbessern. Die Vereine Melsungen, Spangenberg, Bad Zwesten, Felsberg und Altenkirchen waren ebenfalls anwesend.

Elf Danträger (Schwarzgurte) standen den Schülern zur Verfügung um in Kleingruppen für den jeweiligen Gürtelgrad zu trainieren. Zudem war Mirco Tunc (3. Dan Aikido) aus Erlangen angereist um eine Einführung in die weichen und fließenden Techniken des Aikido zu geben. Neben der Fallschule standen Hebel und Würfe auf dem Programm, sowie für die Danträger das Einstudieren von Übungskämpfen mit dem Mok-Kum (Holz-Übungsschwert).

Am Samstagabend wurde gemeinsam gegrillt, auch um einen noch engeren Zusammenhalt der Sportler aus den unterschiedlichen Vereinen fördern. Am Sonntagmittag nahm Ali Sinek als einziger Erwachsener Prüfling der Ho Sin Do Abteilung des TV-Sinn an der Gürtelprüfung teil. Er wurde durch Günther Schäfer aus Altenkirchen und Jürgen Pschibul aus Melsungen erfolgreich zum 3. Kup (Blaugurt) geprüft. Ali ist der dritte Sinner Schüler überhaupt, der diesen Gürtelgrad erreicht. Ziel ist es den Dangrad (Schwarzgurt) zu erreichen und das Erlernte in Sinn an die Schüler weiterzugeben.

Parallel hat Ali Sinek das Mittwochtraining im Kickboxen von Murat Sen übernommen, das von 17:45 – 19:00 in der Jahnhalle stattfindet. Murat Sen hat dies wegen der starken zeitlichen Einspannung in

seiner schauspielerischen Karriere abgegeben ist aber ansonsten soweit es seine Zeit zulässt weiterhin als Trainer für den TV-Jahn tätig.