



Erlebnisevent mit Budo Coaching

..... ein weiteres Puzzleteil unserer Wurzeln kennenlernen

Dongari (동아리) ist ein Verein von Personen mit koreanischer Herkunft, die sich für das Land und dessen Kultur interessieren.

Viele von uns wussten, dass Taekwondo der Nationalsport von Süd-Korea ist. Was aber genau dahinter steckt war der Mehrheit unbekannt. Umso gross war das Interesse an einem Taekwondo Training mitzumachen.

Meister Pascal Polatti Leiter und Besitzer von Kampfkunst Zürich hatte, ohne zu zögern sich bereit erklärt uns Taekwondo näher zu bringen.

Am Samstag, 07. Mai 2022 war es soweit.

Anbei einige Eindrücke und Rückmeldungen

Wie habe ich das Training erlebt?

Die Lektion hat mir sehr zugesagt. Die Räumlichkeiten sind ansprechend. Der Trainer ist sehr sympathisch und vermittelt auf eine gute und humorvolle Art.

War gut und strukturiert aufgebaut. Man spürt vor allem bei euch Trainern die Freude und gleichzeitig Seriosität am Taekwondo.

Das Training war interessant gestaltet, für mich ging es manchmal zu schnell weiter, bin nicht die schnellste.

Die Koordination war eine Herausforderung, hat aber sehr viel Spass gemacht. Zu sehen, dass nicht nur ich koordinative Schwierigkeiten hatte, hat mich beruhigt.

Was hat mir am meisten Spass gemacht?

Es war alles super und es hat mir sehr gut gefallen.

Als gemischte Gruppe zusammen zu trainieren ohne Wettkampf. Wir hatten Altersunterschiede von bis zu 45 Jahren, wie cool ist das?

Dass ich realisiert habe, dass ich doch noch nicht so ganz rostig bin mit meinem greisen Alter wie erwartet.

Spass hat mir gemacht, dass wir als Verein so etwas Gemeinsames gemacht haben.

Was nehme ich mit oder würde ich weitersagen?

Wenn die Zeit reif ist, kann ich mir das sehr gut vorstellen zu praktizieren.

Taekwondo ist sehr gut, um Koordination zu trainieren. Wenn ich näher Wohnen würde, dann würde ich sicher mit Taekwondo starten. Einige gelernte Übungen werde ich zu Hause weiter machen.

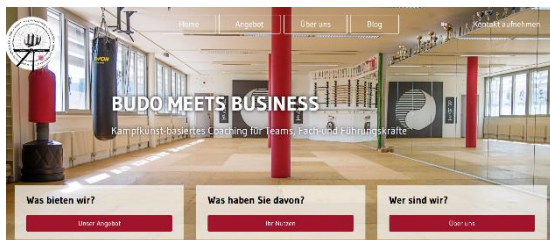
Ich weiss endlich was Tae Kwon Do heisst! Es gibt unterschiedliche Bereiche im Taekwondo (Fitness, Hyongs, Selbstverteidigung, Bruchtest, Kampf etc.)

Dass es altersunabhängig ist und jeder sein Tempo selber bestimmen kann.

Ich war überrascht, dass viele Elemente mit dem Karate vergleichbar sind.

Vielleicht muss ich meine Prioritäten von meinen Hobbies neu setzen.

Unbedingt empfehlenswert.



Impressionen

