

Aus Afghanistan in die Schweiz Rashed Noori im Interview

Die Aufnahme ins Refugee Programme der **Coubertin meets Dunant Foundation** bringt Rashed Noori seinem wichtigen Ziel – Los Angeles 2028 – einen Schritt näher.



Seit zweieinhalb Jahren trainierst Du in der Schweiz, vorher in Afghanistan. Wo siehst Du die grössten Unterschiede im Taekwondo und im Training zwischen den beiden Ländern? Und in welchem Bereich kann die Schweiz noch einiges von Afghanistan lernen?

Rashed Noori: Es gibt viele Unterschiede. In der Schweiz sind die Trainingsbedingungen, die Ausstattung und die technischen Analysen viel besser. Der Fokus liegt mehr auf modernen Techniken und Strategie. In Afghanistan hingegen war das Training körperlich anspruchsvoller und intensiver, mit einem starken Fokus auf Kraft und Ausdauer. Ich denke, dass die Schweiz von Afghanistan besonders in Bezug auf den Kampfgeist und die mentale Stärke lernen kann.

Du trainierst eisern und viel – wo liegt Deine grösste Trainingsherausforderung?

Rashed Noori: Die richtige Balance zwischen hartem Training und ausreichend Erholung zu finden, ist sicherlich eine der grössten Herausforderungen für mich. Viel Training ist wichtig, aber wenn der Körper zu müde oder verletzt ist, kann das den Fortschritt verlangsamen. Deshalb achte ich darauf, genug zu regenerieren und mich gesund zu ernähren. Ausserdem ist es manchmal nicht einfach, so weit weg von meiner Familie und meinem Heimatland zu sein, aber ich versuche, mich auf meine Ziele zu konzentrieren und motiviert zu bleiben.

Auf was freust Du Dich beim Training immer am meisten?

Rashed Noori: Am meisten Freude macht es mir, neue Techniken zu lernen und meine Fähigkeiten weiterzuentwickeln. Jeder kleine

Fortschritt gibt mir neue Motivation und bringt mich meinem Ziel ein Stück näher. Auch der Wettkampf mit anderen Athleten und die Herausforderung, mich ständig zu verbessern, machen mir grossen Spass.

Dein Ziel sind die Olympischen Spiele in Los Angeles. Wie unterstützt Dich das Refugee Programme dabei?

Rashed Noori: Das Programm hilft mir, wenn es um Verhandlungen mit Behörden geht, wie zum Beispiel Visaanträge und ähnliches. Da ich in der Schweiz den F-Ausweis habe, kann ich keine Swiss Olympic Card erhalten. Die Anerkennung in diesem Programm gibt mir aber einen Status als Leistungssportler, was die Sponsorsuche leichter macht. Denn ohne finanzielle Unterstützung kann ich nicht an den grossen Wettkämpfen teilnehmen. Gleichzeitig gibt es mir mentale Unterstützung und Motivation, da ich weiss, dass ich nicht allein bin und es Menschen gibt, die an mich glauben. Ausserdem habe ich durch das Programm Zugang zu einem Netzwerk von erfahrenen Sportlern und Trainern, von denen ich viel lernen kann. All das macht meinen Weg zu den Olympischen Spielen in Los Angeles ein Stück einfacher.

Wir danken Rashed für das Interview und wünschen ihm auf seinem weiteren Weg an die Olympischen Spiele viel Erfolg.

Info:

Mehr über die **Coubertin meets Dunant Foundation** und ihr Refugee-Programm erfahren Sie www.coubertin-meets-dunant.ch/en/our-programmes/refugee-programme

Seit Februar ist Rashed Noori offiziell Teil des Refugee Programme der **Coubertin meets Dunant Foundation**. Bereits seit über zwei Jahren trainiert er in der Taekwondo-Schule Crescendo Oberwil in Basel unter der Leitung von Lukas Allemann. Im Gespräch mit uns gewährte er spannende Einblicke in die Bedeutung dieser Entscheidung für seine sportliche und persönliche Entwicklung.

Rashed, Du bist Anfang Jahr ins Refugee Programme der Coubertin meets Dunant Foundation aufgenommen worden. Was war Dein erster Gedanke?

Rashed Noori: Als ich erfahren habe, dass ich in das Refugee Programme der Coubertin meets Dunant Foundation aufgenommen wurde, war ich unglaublich glücklich. Ich habe es als eine grossartige Möglichkeit gesehen, mich weiterzuentwickeln und meine Ziele zu erreichen. Diese Unterstützung zeigt mir, dass meine harte Arbeit gesehen wird und dass ich auf meinem Weg nicht allein bin.



Poomsae-Team bei Bulgaria Open Drei Mal Edelmetall

Am 3. März fanden in Sofia die Bulgaria Open statt. Mit dabei war das Schweizer Poomsae Team und glänzte mit tollen Resultaten.

Die Schweizer erkämpften auf dem gut besuchten G1 Turnier drei Podiumsplätze! Daniel Morath verdiente mit dem 3. Platz in der Seniorenkategorie Bronze, Luis Sanchez (U50) Silber und im Senioren Paarlauf holten Mathieu und Kaja mit ihrer hervorragenden Leistung ebenfalls Silber.

Auch Masha Chavanne (5. Platz), Kaja Blattert (9. Platz), Nayeli Höhner (9. Platz) und Daniel und Kyra im Paarlauf (5. Platz) zeigten starke Präsentationen in ihren Kategorien.

Die Bulgaria Open waren das letzte Turnier für die Qualifikation zur Poomsae Europameisterschaft, die am 16. und 17. April in Estland stattfinden wird. Wir gratulieren dem Team ganz herzlich zu diesem Erfolg!



Schweizer Nationalteam Erfolg bei Dutch Open

Am 8. und 9. März fanden in Eindhoven die Dutch Open Taekwondo Championships statt.

Das Schweizer Nationalteam beeindruckte mit spannenden Kämpfen und sicherte sich drei wohlverdienten Medaillen. Kadhem Hafaz (Kadetten, -53kg) kämpfte sich souverän durch drei Runden auf den ersten Platz und holte Gold. Hosseyn Hafaz (Kadetten, -33kg) erreichte nach vier intensiven Kämpfen das Finale, unterlag dort jedoch einem starken Gegner aus Aserbaidschan und gewann Silber. Auch Sofija Zivkovic (Junioren, +68kg) zeigte eine beachtliche Leistung und verdiente sich Bronze.

Der Rest der Nationalmannschaft zeigte ebenfalls eine solide Leistung. Peer Steinkellner, der Schweizer Nationaltrainer Kyorugi, darf auf seine Mannschaft stolz sein.



You find an English translation here.

Erfolgreiche Auftritte für Hafaz und Bourhalla Team Krasniqi glänzt international



Die vergangenen Monate waren äußerst erfolgreich für die jungen Athleten Kadhem Hafaz und Nour Bourhalla, die ihr Talent in internationalen Taekwondo-Wettkämpfen unter Beweis stellten.

Kadhem Hafaz (Kadetten, –53kg) zeigte beeindruckende Konstanz und sicherte sich vier Medaillen in vier Turnieren: Bronze bei den Austria Open Youth E2 in Wien/Österreich und dem Grand Prix Qualifier E3 in Tirana/Albanien (beide im Februar) sowie den Bucharest Open in Bukarest/Rumänien (März) und Gold bei den Dutch Open in Eindhoven/Niederlande (März). Dank dieser starken Leistungen hat sich Kadhem für den Grand Prix in Estland qualifiziert und zudem die Kriterien für die Weltmeisterschaft der Kadetten erfüllt.

Nour Bourhalla (Junioren, –63kg,) erzielte ebenfalls starke Ergebnisse in hochkarätigen Turnieren. Er belegte den 9. Platz beim Grand Prix Qualifier E3 in Tirana (zwei Kämpfe) sowie den 5. Platz bei den Dutch Open in Eindhoven (drei Kämpfe). Zudem erreichte er den 5. Platz bei den Dutch Open (drei Kämpfe), den 5. Platz bei den Bucharest Open (zwei Kämpfe) und den 9. Platz bei den European Youth E3 (drei Kämpfe).

Unter der Leitung von Coach Bashkim Krasniqi glänzte das Team außerdem beim Internationalen Kinderturnier und sicherte sich den 2. Platz in der Teamwertung. Gold ging an Esra Krasniqi, Bion Krasniqi, Malak Bourhalla, Luca Gomes und Ajan Krasniqi, Silber sicherten sich Ilias Ajdini, Alioune Sene, Dorian Gulik und Idriss Iadevito.

Ein großartiger Erfolg für das gesamte Team – herzlichen Glückwunsch an alle Athleten und ihren Trainer!



KI-gesteuertes Geschichtenerzählen und seine Auswirkungen auf Disziplin und Engagement im TaekFunDo

Hamed Konarivand, Direktor des Koryo Clubs, hat kürzlich einen von Fachleuten begutachteten Artikel über die Auswirkungen von Disziplin und Respekt auf das Training von Kindern veröffentlicht, indem er ihnen Geschichten zur Schlafenszeit erzählt, die auf Taekwondo-Werten basieren. Der Artikel mit dem Titel „AI-Driven Storytelling and Its Impact on Discipline and Engagement in TaekFunDo“ (KI-gesteuertes Geschichtenerzählen und seine Auswirkungen auf Disziplin und Engagement im TaekFunDo) wurde im Journal of Information Systems Engineering and Management (JISEM) veröffentlicht – einer Publikation mit Scopus-Index, die für ihre internationalen Standards bekannt ist.

In diesem Artikel untersucht Konarivand, wie künstliche Intelligenz genutzt werden kann, um kindgerechte Erzählungen zu erstellen und dadurch Taekwondo-Werte wie Respekt und Disziplin zu stärken. Seine TaekFunDo-Methode führt spielerisches Geschichtenerzählen und belohnungsbasierte Systeme ein, die Kindern (vor allem im Alter von 4-7 Jahren) helfen, engagiert und motiviert zu bleiben. Der Artikel beschreibt sowohl den technischen Rahmen, der hinter diesen KI-generierten Geschichten

steht, als auch die praktischen Ergebnisse, die im Taekwondo-Unterricht im Koryo Club beobachtet wurden.

Wenn Sie sich für innovative Lehrmethoden und das Potenzial von KI im Kampfsport interessieren oder einfach mehr über TaekFunDo erfahren möchten, werfen Sie einen Blick in die Veröffentlichung: www.jisem-journal.com/index.php/journal/article/view/2744

