



Poomsae Referee Seminar

Swiss Taekwondo im Nationalen Olympiazentrum in Magglingen

Zur Durchführung von nationalen Aktivitäten konnte Swiss Taekwondo mehrfach das zentral gelegene Olympia-Zentrum vom Bundesamt für Sport in Magglingen nutzen.

So fand am 3. September ein Kader-Zusammenzug statt, bei dem unter der Leitung von National-Coach Peer Steinkellner und unter Mitwirkung von Dr. Walid Younes und Mergim Krasniqi speziell die neusten Regelanpassungen und deren technisch/taktischen Auswirkungen und Möglichkeiten im Kampf trainiert wurden. Anwesende Trainer verschiedener Clubs profitierten von diesem Schwerpunkt und können die Lehren daraus unmittelbar in ihr Club-Training einfließen lassen.

Gleich am Folgetag trafen 18 Instruktoren von verschiedenen Clubs in Magglingen ein, um ein Teil-Modul für die B-Lizenz der verbandsinternen Ausbildung zu absolvieren. Neben den Grundlagen des Explosivkrafttrainings wurden im Leistungssport-Modul auch das Coaching, die langfristige Athletenplanung und die Bewegungslehre vertieft.

Zudem fand am 17. und 19. September 2022 ein zweitägiges Seminar zur Erlangung oder Erneuerung der nationalen Poomsae Referee-Lizenz statt. Der neue Verantwortliche, Mark Thompson, wurde tatkräftig unterstützt von Fredy Wüthrich (Poomsae IR) und Maria Gilgen (National Coach Poomsae).



Coach Education

Swiss Taekwondo au centre olympique national de Macolin

Swiss Taekwondo a profité à plusieurs reprises du centre Olympique de l'Office Fédéral du Sport à Macolin pour organiser des activités nationales.

Le 3 septembre, un rassemblement de cadres a eu lieu sous la direction de l'entraîneur national Peer Steinkellner, avec la participation du Dr. Walid Younes et de Mergim Krasniqi, afin d'entraîner les dernières adaptations des règles et leurs conséquences techniques/tactiques ainsi que les possibilités de combat. Les entraîneurs présents de différents clubs

ont profité de ce point fort et peuvent en intégrer les enseignements dans l'entraînement de leur club.

Dès le lendemain, 18 instructeurs de différents clubs sont arrivés à Macolin pour suivre un module partiel de la licence B de la formation interne à la fédération.

Outre les bases de l'entraînement de la force explosive, le module Sport de performance a également permis d'approfondir le coaching, la planification à long terme des athlètes et la théorie du mouvement.

De plus, un séminaire de deux jours

pour l'obtention/le renouvellement de la licence Nationale d'arbitre de Poomsae a eu lieu les 17 et 18 septembre 2022.

Le nouveau responsable, Mark Thompson, a été soutenu activement par Fredy Wüthrich (Poomsae IR) et Maria Gilgen (National Coach Poomsae).



Kadertraining



Charlotte Bessaoud und Francois De Freitas

Swiss Team

Maria Gilgen, National Coach

G2 Swedish Open Poomsae – 03.09.2022

Charlotte Bessaoud, Female Cadet, Bronze Medal
Francois De Freitas, Male U50, Bronze Medal

1st European Cup Poomsae – 04.09.2022

Francois De Freitas, Male U50, Silver Medal
Sebastien Coppex, Male U50, Bronze Medal

Swiss Poomsae Team in Schweden

Am ersten September-Wochenende reiste das Schweizer Poomsae Team nach Stockholm, wo die Sportler zwei Turniere besuchten: Am Samstag fanden die G2 Swedish Open Poomsae und am Sonntag der 1. European Cup Poomsae statt. National Coach Maria Gilgen zeigte sich erfreut über die gezeigte Performance, wobei die meisten Athleten mindestens eine Runde für sich entscheiden konnten – insgesamt die beste Team-Leistung bei einem G-Turnier in den letzten Jahren.



Swiss Poomsae Team en Suède

Le premier week-end de septembre, l'équipe de Poomsae s'est rendue à Stockholm, où deux tournois étaient organisés. Le samedi a eu lieu le G2 Swedish Open Poomsae et le dimanche la 1ère European Cup Poomsae. La coach nationale Maria Gilgen s'est montrée satisfaite de la performance présentée, où la plupart des athlètes ont pu remporter au moins

un tour, ce qui représente globalement la meilleure performance d'équipe lors d'un tournoi G de ces dernières années.



Maria Gilgen (Coach) und Jelka Zehnder



Daniel Morath