

# Kicks und mehr für starke Typen

## Junge Leute trainieren im Leipziger Osten koreanische Kampfkunst

VOLKMARSDORF

Lisa ist eigentlich ein schüchternes Mädchen. Doch steht die Achtjährige in der Turnhalle der 16. Mittelschule, Konradstraße 67, auf der Matte, lässt sie sich von keinem etwas vormachen – es sei denn Meister Lutz Winter, WonHwaDo-Präsident in Deutschland, zeigt neue Techniken oder korrigiert erlernte.

Seit fast einem Jahr können Mädchen und Jungen aus der Leipziger Ostvorstadt diese koreanische Kampfkunst kostenlos trainieren, bewegen sich, haben Spaß in der Gruppe, gewinnen an Selbstvertrauen und Ausdauer. Das Training ist Teil der bundesweiten Aktion „Starke Typen“, die 2006 in mehreren deutschen Städten unter Schirmherrschaft von Ministerin Ursula von der Leyen und Hollywood-Schauspieler Ralf Möller Pilotprojekte für Jugendliche in sozialen Brennpunkten startete.

Erst im vergangenen Jahr hatte der Schauspieler und Bodybuilder Möller den Freizeittreff Rabat besucht, der zusammen mit dem anliegenden Berufsschulzentrum und der 16. Mittelschule im Leipziger Osten für „Starke Typen“ ausgewählt wurde. Unterstützung geben dafür auch die Stadtwerke, die unter anderem die Trainingsmatten gesponsert haben. Winter ist sich sicher, dass der Kampfsport

den jungen Leuten gut tut: „WonHwaDo bedeutet ‚Weg der Harmonie‘ und kann dazu beitragen, mit sich und anderen Menschen im Reinen zu sein – eine Philosophie, die auch im alltäglichen Leben von Nutzen ist.“

Das beginnt schon mit der Verbeugung vor jedem Kampf, die den Respekt vor dem Anderen ausdrückt. Das zeigen Lisa, Jennifer, Jana, Vanessa und Yves auch bei der Prüfung für den gelben Gürtel, die ihnen Winter abnimmt. Jedes Kind muss drei Techniken zeigen, wobei es um richtiges Fallen, Kicks und Bodenkampf geht. Als alle fünf gezeigt haben, was sie können, spart der Meister nicht mit Lob: „Was ich heute gesehen habe, hat mir gut gefallen“, und meint damit unter anderem die von Lisa gezeigte Rolle. Vanessa gibt er mit auf den Weg, bei den Übungen immer geradeaus zu schauen: „Das ist wichtig, wenn dich jemand angreift.“ Dann der erlösende Satz: „Alle haben bestanden.“ Jeder der fünf kann den begehrten Gürtel und eine Urkunde mit nach Hause nehmen.

Mit ihren Kindern Yves und Lisa freut sich auch Gaby Heilbronner. „Besonders für meine Tochter ist das eine gute Sache, weil sie sonst so zurückhaltend ist.“ Wie Lisa will auch Yves die Urkunde der Lehrerin zeigen, danach wird das wertvolle Doku-

ment zu Hause aufgehängt. Nach den Winterferien geht das Training weiter. „Wir würden uns freuen, wenn noch mehr Kinder aus dem Leipziger Osten das kostenlose Angebot nutzen würden“, so Winter. Trainiert wird jeden Dienstag und Donnerstag ab 17 Uhr.

Andrea Richter



Jana und Yves beim Kampfsporttraining. Foto: André Kempner