

# Taekwon-Do: Fünf Forchheimer fighten in neuen Farben

**Forchheim** - Fünf Kampfsportler der Forchheimer Taekwon-Do-Schule haben bei den jüngsten Prüfungen neue Gürtelfarben erlangt. Melanie Adam und Karim Zadran meisterten die Voraussetzungen für den 7. Kup (zweiten Gelbgurt), Hugo Heid zum 6. Kup (ersten Grüngurt), Gisela Benoist und Viktor Kott zum 4. Kup, was dem ersten Blaugurt entspricht.

Beim traditionellen Taekwon-Do gibt es zehn Farbgurte: je zwei weiße, gelbe, grüne, blaue und rote. Hat ein Aktiver alle Prüfungen dafür erfolgreich abgelegt, wartet der Meistergrad mit dem 1. Dan, dem Schwarzgurt, auf ihn.

Die Prüfungen wurden von Schulleiter und Großmeister Hubert Weber (5. Dan) abgenommen. Bis zum Gelbgurt wird standardmäßig im Hyong (Kür mit festgelegtem Bewegungsablauf), dem Zeigen der Techniken im Partnertraining und mindestens mit einem Bruchtest geprüft. Ab dem Grüngurt kommen die Disziplinen Einschnitt-/Demonstrationskampf, Selbstverteidigung und Freikampf hinzu.

Die Prüfungsverordnung legt fest, ob der Bruchtest mit 180- oder 360-Grad-Drehung, seitlichem Fersen-Kick im Sprung oder gesprungenem Kick nach oben erledigt werden muss. *ako*



**Melanie Adam (re.) absolvierte ihren Bruchtest zum zweiten Gelbgurt mit 180-Grad-Drehung und seitlichem Fersen-Kick im Sprung.** Foto: privat