

## Zweiter Landeskaderlehrgang im Kickboxen in Forchheim

Am Samstag den, 9. September 2006 war es wieder soweit. Die Bayerische Amateur Kickbox Union e.V. (BAKU) richtete in seinem Landesleistungszentrum in Forchheim, das in den Räumen des Warriors Martial Arts Team e.V. zuhause ist, seinen zweiten Landeskaderlehrgang im Semikontakt Kickboxen aus. Kai

Becker, der Landestrainer im Semikontakt Kickboxen und selbst mehrfacher Bayerischer und Vizedeutscher Meister im Semi- und Leichtkontakt Kickboxen, aus Plattling leitete die Trainingseinheiten wie immer sehr professionell an.



Pünktlich um 10:00 Uhr durften die über 26 Kadermitglieder und Teilnehmer aus ganz Bayern schon in der ersten Aufwärmseinheit richtig schwitzen. Danach folgten verschiedene Trainingseinheiten im Technik und Taktikbereich. Auch neue Reaktions- und Antizipationsübungen verlangten den Teilnehmern, unter denen auch auf nationaler und internationaler Ebene erfolgreiche Wettkämpfer wie Robert Knödelseder aus Spiegelau, Susanne Platen aus Seubersdorf und Melanie Moder aus Bayreuth befanden, alles ab. Nach der Mittagspause wurde der Hauptschwerpunkt der Trainingseinheiten im



Bereich der Schnelligkeit, Kraft und des Wettkampfsparring gelegt. Viele neue Übungen und Erfahrungen konnten die Teilnehmer, die zwar sichtlich erschöpft, aber sehr zufrieden waren, mit nach Hause nehmen. Die Teilnehmer waren auch von den hervorragenden räumlichen Trainingsbedingungen in dem Räumen des Warriors Martial Arts Team e.V. sehr beeindruckt. Hier sieht man wie wichtig gerade gute Trainingsbedingungen im Kampfsportbereich sind.

Auch der Vizepräsident der BAKU und Vereinsvorsitzende des Warriors Martial Arts Team e.V. Michael Kann war mit dem Ablauf des Landeskaderlehrgangs und der Leistung der Teilnehmer sehr zufrieden.

Bericht: Pressewart BAKU, Herr Christian Grupe

Fotos: Pressewart BAKU, Herr Christian Grupe