

## Formentraining mit Diana Schöne



Der **TKDC Fair Dragon e.V.** ist in der glücklichen Lage mit **Diana Schöne (2. Dan Taekwondo)** ein Mitglied zu haben, dass vormals Formenwettkämpferin (Poomse) und im weiteren Verlauf ihres Wirkens auch Trainerin für Formenwettkämpfer/-innen (Poomse) war. Diesem Umstand haben unsere Kinder und Jugendlichen es zu verdanken, dass ihnen am Montag dem 15.06.2015 ein spezielles Formentraining (Poomse) auf allerhöchstem Niveau zu Gute kam, natürlich geleitet von Diana.

In ihrer ruhigen und freundlichen Art aber mit scharfem Blick für's Detail konnte Diana Schöne vermitteln, dass der Formenlauf wesentlich mehr ist als eine Präsentation aneinander gereihter Techniken. Durch eine ständige Verbesserung von Körperhaltung, Blickrichtung, Beinstellung und Gegenbewegung der Arme bei den Trainingsteilnehmern sahen die Formenläufe unserer Kinder und Jugendlichen am Ende der Trainingsstunde doch wesentlich dynamischer aus als zu Beginn. Alle, sowohl die Trainingsteilnehmer wie auch die zuschauenden Eltern waren begeistert, vom Trainingserfolg und von der sympathischen Ausstrahlung Dianas, die dadurch im Gegenzug schnell die Sympathie der Gruppe gewann. Aber auch Diana sprach ein dickes Lob aus, denn immerhin lagen am Ende 120 Minuten hochkonzentrierter und körperlich fordernder Trainingszeit hinter allen und selbst unsere Jüngsten waren bis zum Ende voll dabei. Beim Abgrüßen waren sich alle einig, dass dieses nicht das letzte Formentraining mit Diana Schöne gewesen ist.

Wir alle danken dir für dieses tolle und lehrreiche Training.

Das Fotoalbum zu diesem besonderen Training findet ihr wie immer auf unserer Facebook-Seite, einfach [hier klicken](#).



Diana Schöne (vorne) beim Dehnen mit unseren Kindern und Jugendlichen