Die unglaubliche Laufbahn des Heinz Gruber

Der Vorsitzende des 1. Taekwondo-Clubs Chemnitz hat als bisher einziger Europäer den 9. Dan und damit den höchsten Meistergrad dieser koreanischen Kampfsportart erworben.

VON MARIO SCHMIDT

Heinz Gruber, Chef des Chemnitzer Taekwondo-Clubs und Träger des 9. Dan als höchster Meistergrad, übt mit Kindern und Jugendlichen. Der Verein hat seine Trainingsräume im Nebengebäude des Stadtbades. FOTO: ANDREAS SEIDEL

Vielen Gästen beim Tag der offenen Tür des 1. Taekwondo-Clubs Chemnitz wird gar nicht bewusst gewesen sein, wer da vor ihnen steht. Der freundliche Herr, der sich als Heinz Gruber vorstellte und seine Sportart mit Humor und Leidenschaft präsentierte, hat Unglaubliches vollbracht. Der 63-Jährige ist mittlerweile Träger des 9. Dan und damit des höchsten Meistergrades dieser koreanischen Kampfsportart. „Es fällt mir immer noch schwer, das zu verstehen. Ich hätte niemals geglaubt, den 9. Dan erreichen zu können, denn das war für mich nicht das Erstrebenswerteste", sagt Gruber, der Taekwondo 1966 für sich entdeckt hat.

In den ersten 20 Jahren habe seine Priorität auf dem Wettkampfsport gelegen. Inzwischen ist er Lehrer und Trainer – auch eine wichtige Voraussetzung für einen hohen Meistergrad. „Man muss Schützlinge zu Erfolgen geführt haben. Und meine Schüler tragen zum Teil schon den 6. oder 7. Dan", berichtet der ehemalige Fleischermeister aus dem bayrischen Krumbach. Im vergangenen Jahr schlug seine große Taekwondo-Stunde: Er legte die Prüfung für den 9. Dan ab. „Anschließend war ich so kaputt wie noch nie zuvor", erzählt Gruber. Er habe sich zum Beispiel drei Minuten lang gegen drei Angreifer verteidigen müssen, die ihn permanent attackierten. „Man muss sie werfen, schlagen, treten", so der Chemnitzer Vereins-Chef, der den Taekwondo-Sport nach der Wende in Sachsen aufgebaut hat.

> „Es fällt mir immer noch schwer, das zu verstehen."
>
> **Heinz Gruber** Taekwondo-Kämpfer

Eine weitere Aufgabe sei ein Bruchtest gewesen – und was für einer: Heinz Gruber musste ohne Hilfsmittel über zwölf Personen, die sich in einer Doppelreihe aufgestellt hatten, springen und dahinter in 1,85 Meter Höhe ein drei Zentimeter dickes Brett aus Fichtenholz mit dem Fuß zerschlagen. Das alles geschah unter der strengen Aufsicht eines in Deutschland lebenden Koreaners, der ebenfalls den 9. Dan trägt, und weiterer Inhaber hoher Meistergrade. Im Vorfeld dieser extrem anspruchsvollen Prüfung hatte sich Gruber zwölf Monate lang professionell vorbereitet und sogar bei Klaus Hofsäss, dem früheren Trainer von Tennis-Star Steffi Graf, in Spanien trainiert.

Seit dem vergangenen Jahr konzentriert sich Gruber voll und ganz auf den Sport. „Ich habe mein Hobby zum Beruf gemacht, meine Fleischerei in Krumbach verkauft und bin jetzt ausschließlich als Taekwondo-Lehrer tätig", erklärt der 63-Jährige. Somit kann er sich auch wieder intensiver um den Chemnitzer Verein kümmern, der ihm sehr ans Herz gewachsen sei. „Ich bin alle zwei Wochen für jeweils zwei Tage hier", berichtet Gruber.

Mit der Entwicklung des Clubs, der sein Domizil im Nebengebäude des Stadtbades hat, sei er zufrieden. „Wir haben reichlich 100 Mitglieder. Es ist nicht mehr so wie kurz nach der Wende, als uns die Leute die Bude eingerannt haben. Jetzt muss man schon mehr auf sich aufmerksam machen, ein guter Verkäufer der Sportart sein", sagt Gruber. Dazu gehöre, Schulen zu besuchen und regelmäßig Schnupperangebote zu unterbreiten. Die gegenwärtig zwölf Trainer im Verein verfügen ausnahmslos über eine Lizenz, betont der Vorsitzende.

Zu denen, die gerade ihre ersten Taekwondo-Erfahrungen in Chemnitz sammeln, gehören Steffen und Annett Mühlmann mit ihrem elfjährigen Sohn Moritz. „Wir trainieren seit Oktober hier. Unser Sohn hatte in den Herbstferien ein Schnuppertraining mitgemacht", erzählt Steffen Mühlmann. Er sei begeistert von dem koreanischen Kampfsport. „Die Konzentration im Training hilft, Alltagsstress abzubauen. Und mein Bewegungsapparat sagt mir: Danke, dass du etwas für mich tust", bemerkt der Familienvater.

Weg des Fußes und der Hand

Die aus Korea stammende Kampfsportart ist ein System der waffenlosen Selbstverteidigung. Taekwondo bedeutet wörtlich übersetzt: Weg des Fußes und der Hand. Dabei sind vor allem blitzschnelle Arm- und Beintechniken mit Betonung von Dreh- und Sprungkicks charakteristisch. Bei der traditionellen Variante des Taekwondo führt der Aktive die Techniken ohne Körperkontakt aus, was enorme Konzentration und Körperkontrolle erfordert.

Seit den Sommerspielen von Sydney 2000 ist die Sportart olympisch. Zu den Grundregeln gehört, dass die Aktiven pünktlich und in sauberer Sportkleidung (weißer Kampfanzug mit Jacke, Hose, Gürtel) erscheinen. Hände und Füße sollten gewaschen, Finger- und Fußnägel kurz gehalten sein. Nähere Informationen zum Chemnitzer Verein gibt es im Internet unter: www.taekwondo-chemnitz.de (ms)