

## Elvira Fuhrmann ist Landestrainerin Poomsae

*Mit vier WM-Goldmedaillen ist Elvira Fuhrmann international eine der höchstdekorierten Sportlerinnen im Poomsaebereich. Anfang 2012 gab sie ihren Abschied vom Leistungssport bekannt. Nun gelang es der TUBW, die überaus erfolgreiche Sportlerin als Landestrainerin zu verpflichten. Wir sprachen mit der engagierten und sympathischen Poomsae-Expertin.*

**TA:** Frau Fuhrmann, von diesem Herbst an sind Sie als Landestrainerin für den Formen-Leistungssport in der TUBW zuständig. Wie kam es dazu?

**Elvira Fuhrmann:** TUBW-Präsident Wolfgang Brückel kam auf mich zu und fragte, ob ich mir dieses Amt vorstellen könnte. Nach nur kurzer Bedenkzeit habe ich zugesagt. Für mich ist diese Aufgabe sehr reizvoll, denn ich war selbst 16 Jahre lang Mitglied im Landeskader und auch einige Jahre im Bundeskader. In dieser Zeit habe ich viele Erfahrungen und viel Wissen gesammelt, die ich gerne an andere Sportler weitergeben möchte. Als Kadersportlerin hatte ich immer wieder Ideen, wie sich das Training gestalten ließe und ich finde es sehr spannend, dass ich diese Vorstellungen nun als Trainerin verwirklichen kann.

**TA:** Haben Sie nicht ein bisschen Angst, dass Sie diese Freiheit nun als Trainerin gleich wieder einbüßen?

**Elvira Fuhrmann:** Nein, denn die Maßnahmen mit dem Landeskader werden ja praktisch ausschließlich an Wochenenden bzw. meistens nur an Samstagen stattfinden und lassen sich gut planen. Als Sportlerin musste ich auch unter der Woche in viele Abende Zeit investieren. Das Training war jeweils mit vielen Autofahrten verbunden, da mein Paarlaufkollege Michael Bußmann und ich uns treffen mussten. Dazu kamen auch die Bundeskaderlehrgänge, die nicht zuletzt deshalb so wichtig waren,



**Sichtungslehrgang Technik am 30. September**

Am 30. September findet der erste Sichtungslehrgang mit unserer neuen Landestrainerin Elvira Fuhrmann statt. Teilnehmen können alle Sportler, die ein ernsthaftes Interesse am Formen-Leistungssport haben.

Voraussetzung ist bei Jugendlichen die Beherrschung der Formen 1 bis 11, bei Senioren der Formen 1 bis 13. Die detaillierte Ausschreibung steht auf der TUBW-Homepage ([www.tubw.de](http://www.tubw.de)) zum Download bereit.

### Elvira Fuhrmann

**Geburtstag:** 13.03.1972

**Heimatverein:** Augsburger Allkampf Club

**Ihre wichtigsten Erfolge:**

Zweifache Weltmeisterin (2010 und 2011) im Paarlauf  
Zweifache Weltmeisterin (2009 und 2011), Vizeweltmeisterin (2010) und Europameisterin (2011) im Synchronlauf  
Mehrfaire deutsche Meisterin im Einzel-, Paar- und Synchronlauf

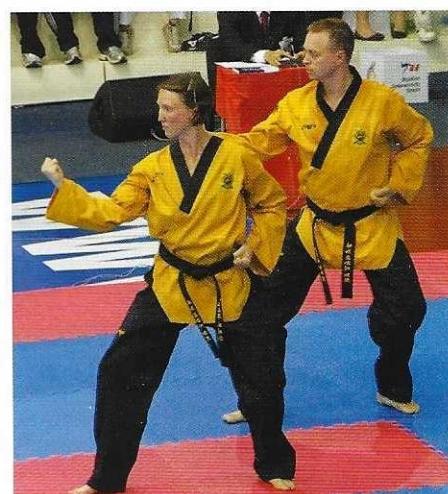
um mit dem Damen-Synchronteam trainieren zu können – auch dies war sehr fahrtintensiv – das kann man nicht vergleichen.

**TA:** Wie hat Ihr persönliches Umfeld darauf reagiert, dass Sie nun als Trainerin wieder in den Leistungssport einsteigen?

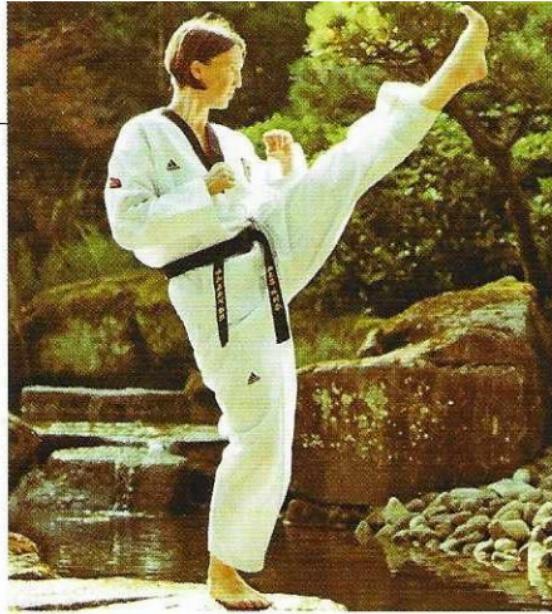
**Elvira Fuhrmann:** Der erste, mit dem ich darüber gesprochen habe, war natürlich mein Freund Jürgen Heichel, der zugleich erster Vorstand meines Heimatvereins ist. Für ihn war es keine Frage, dass ich die neue Aufgabe annehmen sollte, wenn ich das möchte. Viele Freunde waren anfangs tatsächlich ein bisschen überrascht, reagierten dann aber durchweg positiv.

**TA:** Konnten Sie in der Vergangenheit schon Erfahrung als Trainerin sammeln?

**Elvira Fuhrmann:** Ja, ich bin schon jahrelang in meinem Verein als Trainerin tätig und war schon als Landesassistententrainerin bei der Bayerischen Taekwondo Union beschäftigt und habe dort Stützpunkt-



Elvira Fuhrmann und Michael Bußmann



# TUBW

**TA:** Was gefällt Ihnen an der Trainer-Tätigkeit?

**Elvira Fuhrmann:** Besonders schön ist es zu sehen, wenn Teilnehmer Tipps und Ratschläge annehmen. Dieses Aha-Erlebnis, wenn sich danach tatsächlich eine Verbesserung einstellt, ist toll zu beobachten. Ich war in der Vergangenheit regelmäßig als Starterin auf Turnieren und habe dort „nebenbei“ Sportler gecoacht. Ich freue mich sehr darauf, die Turniere jetzt einmal aus einer anderen Perspektive zu erleben und den Kopf wirklich frei zu haben, um „meine“ Sportler optimal zu betreuen.

**TA:** Wie werden Ihre ersten Schritte als Landestrainerin sein?

**Elvira Fuhrmann:** Meine erste Aufgabe wird es sein, noch in diesem Jahr mehrere Sichtungslehrgänge abzuhalten, bei denen ich die interessierten Sportler, die

trainings abgehalten. Dazu bin ich immer wieder bei Lehrgängen als Referentin dabei, zum Beispiel regelmäßig bei „Korean Art of Poomsae“ mit Michael Bußmann, beim Bundesbreitensportlehrgang in Oberhaching, vereinzelt bei Kaderlehrgängen der BTU oder auch in Vereinen. Zudem besitze ich die Trainer A-Lizenz ETU und die Trainer B-Lizenz DOSB.

Taekwondo Union  
Baden-Württemberg e.V.

Geschäftsstelle:  
Renate Brückel  
Feldbergstr. 2  
76327 Pfinztal  
Tel.: 07240/942256  
Fax: 07240/942257



entsprechende Vorkenntnisse mitbringen, kennenlernen und mir ein Bild von ihren Leistungen mache. Ab 2013 werde ich die Formenläufer, die sich bei den Sichtungslehrgängen empfohlen haben, dann gezielt zu Kaderlehrgängen einladen. Geplant ist eine Maßnahme im Monat, sowohl Kaderlehrgänge als auch Turnierbesuche, wobei zunächst die Bundesranglistenturniere Priorität haben werden.

**TA:** Herzlichen Dank für dieses Gespräch und viel Freude und Erfolg mit Ihrer neuen Tätigkeit.