



## Taekwondo annáll Vesturbæjar 2014

Árið 2014 var gjöfult og gott fyrir taekwondo fólk í Vesturbæ Reykjavíkur. Flestir iðkendur taekwondo í KR eru börn og áttu þau afar góðu gengi að fagna á öllum bikarmótum ársins og náðu þau með samstilltu átaki að vera fyrir ofan talsvert stærri deildir í samanlögðum stigum á bikarmótunum. Þá náði eini keppandi félagsins sem náð hafði aldri til að keppa á Íslandsmóti, Gestur Gunnarsson, brónsi á Íslandsmóti í sparring og í lok árs silfri í poomsae.

Þegar haustaði dró verulega til tíðinda í þjálfaramálum deildarinnar. Melkorka Víðisdóttir hafði haldið utan til að starfa í Noregi en í hennar stað var fengin Meisam Rafei og um leið voru gerðar breytingar á fyrirkomulagi æfinga í barnahópum. Óþarfi er að fara mörgum orðum orðum um hversu mikil lyftistöng það er fyrir félagið að fá hann í þjálfarahópinn. Þá bættist Antje Müller líka í þjálfarahópinn en hún sér um tækni hjá fullorðinshópnum sem stækkaði einmitt heilmikið um haustið. Þrír af fjórum þjálfurum félagsins tóku dan próf á árinu – Antje tók 2. dan, Einar 3. dan og Meisam 4. dan í lok árs.

Í desember var svo haldið fyrsta rauðbeltisprófið í KR þar sem uppaldir KR-ingar tóku 4. kup. Það var stór og skemmtilegur áfangi. Framtíðin er björt og mörkuð mörgum góðum áföngum í viðbót sem munu styrkja stöðu taekwondo í KR.



**Óðinn, Dagur og Adam**



**Sólon og Dagur**