











**So übt T&D-Mittelrhein in der Corona-Zeit: Outdoor!**

Es gibt kein schlechtes Wetter: nur passende Kleidung. Zur Not auch mit Mütze und Handschuhen. Wie ihr aus den Fotos erkennen könnt haben T&D für das Frühjahr einiges vorbereitet.

Wir haben zwei Säbel-Kurzformen und eine Langform für euch. Wer möchte, kann sich schon mal nach einem solchen Spielzeug umsehen. Heidrun ist unermüdlich und nicht umsonst die sportliche Leiterin, denn der nächste Programmpunkt ist Wushu-Fächer.

Die Fotos sind noch nicht dabei. Heidrun versucht gerade diese Form in Sefans Kopf zu bekommen. Stefan tut sich schwer mit dem Fächer. Einer ist auch schon auseinander geflogen.

	<p>Tiefe Stellungen und halten.</p>		<p>Man glaubt tiefer zu stehen als es in Wahrheit ist. Fotos und Videos zeigen die Wahrheit.</p>	
		<p>Korrigieren und halten bis die Beine brennen.</p>		
			<p>Der Schwertfinger muss sauber und groß geführt werden.</p>	
	<p>Der Säbel wird anders geführt als das Schwert</p>		<p>Er hat nur eine scharfe Seite</p>	
	<p>Es wird gehackt, gestochen und geschnitten</p>		<p>Tief stehen ist eine Sache. Mann muss aber wieder nach oben ...</p>	