

## **Basels Taekwondo Pionier**

Baslerstab 04 04.2002

Der achtfache Schweizer Meister macht seine Leidenschaft zum Beruf.

«Mein Ziel ist es, Basel zur stärksten Taekwondo-Region der Schweiz zu machen. Das Potenzial ist da und die Motivation ist riesig.» Der dies sagt heisst Nuno Dâmaso, ist Leiter der zwei Kim Taekwondo-Schulen in Basel und Allschwil und seines Zeichens achtfacher Taekwondo-Schweizermeister, EM-Silber- und WM-Bronze-Medaillist.

Der in Biel wohnhafte Dâmaso ist total in den Sport vernarrt, den er seit 23 Jahren betreibt. «Faszinierend ist für mich vor allem die Kombination der alten, traditionellen Kampfkunst mit den neuen und modernen Elementen dieses seit Sydney 2000 olympischen Sports.»

### **Philosophie vermitteln**

Als Ausbilder legt Dâmaso grossen Wert auf die Philosophie des Taekwondo. Der Athlet soll nebst den richtigen Techniken auch sein Benehmen, Selbstkontrolle und Konzentration trainieren. «Wenn mir Eltern sagen, dass ihre Kinder, seit sie bei uns regelmässig trainieren, in der Schule konzentrierter sind, ist dies eine schöne Bestätigung», schwärmt der gebürtige Portugiese.

Um diese Werte einem breiteren Publikum zugänglich zu machen, eröffnete er vor kurzem eine zweite Schule, im Van der Merwe-Zentrum in Allschwil. Dieser Schritt war auch für ihn persönlich von Bedeutung, denn bis vor kurzem war er «nebenbei» noch zu hundert Prozent arbeitstätig. Doch nun will er sich ganz dem Taekwondo widmen und davon leben können, weshalb er mindestens vier bis fünf Trainingsstunden pro Tag geben muss. «Es war ein grosser Schritt, doch für mich geht damit ein Traum in Erfüllung.» In den letzten zehn Jahren war Dâmaso «nur» noch als Trainer tätig, bis er vor zwei Jahren in die noch relativ junge Taekwondo-Unterdisziplin «Formenlaufen» einstieg. Dabei handelt es sich um eine Art Kür, bei welcher der Athlet ohne Gegner eine Folge von traditionellen Angriffs- und Verteidigungsbewegungen vorführt.

### **Gold in Belgien**

An den kürzlich ausgetragenen Internationalen Belgischen Formenmeisterschaften überzeugte Dâmaso mit seiner dynamischen Performance die Punktrichter derart, dass sie ihm die Goldmedaille zusprachen.

Im nächsten Jahr soll das Formenlaufen erstmals an einer WM ausgetragen werden. Und Dâmaso hegt auf seine «alten Tage» hin nochmals Ambitionen, möchte zum Abschluss und zur Krönung seiner Wettkampf-Karriere ein gutes Resultat erzielen. Und trifft seine «Theorie von der biologischen Uhr» zu, dann soll es auch klappen. «Denn», schmunzelt der 37-Jährige, «beim Formenlaufen spielt es keine Rolle, wenn man bereits etwas älter ist. Im Gegenteil, da verhält es sich wie beim Wein: Mit zunehmendem Alter werde ich stets besser...»

Remo Meister