

# NEUES THAI-KICKBOXCENTER IN SURSEE



## TKBC FEIERT DIE ERÖFFNUNG SEINES DRITTEN GYMS

In Luzern hat sich das TKBC innert 18 Jahren einen legendären Ruf erarbeitet. Nun wagt die Sportschule einen weiteren Standort und feierte am Sonntag, 27. August 2017 die Eröffnung eines Gyms in Sursee.

Schon vor Beginn der Eröffnungsfeier um 13 Uhr tummelten sich draussen ein paar Dutzend Besucher, welche sich bei bedecktem Himmel zur neuen Sportschule begeben hatten. Drinnen beim Empfang bildete sich eine Warteschlange. Die wartenden Besucher fühlten sich in den hellen Räumlichkeiten, die in blau-grau-weißen Farbtönen getunkt sind, willkommen. Sportbekleidung, Jahresabonnement zum halben Preis sowie Wettbewerbstalons zogen zahlreiche Gäste an.

Mit den drei Standorten Horw, Ebikon und Sursee sowie den vielen Mitgliedern ist das TKBC das grösste Thai-Kickbox-Center in der Schweiz, wenn nicht sogar im ganzen deutschen Sprachraum, erklärte Thomas Hladky, Inhaber und Head Coach des TKBC. Das Angebot ist vielfältig: Boxen, Thai-Kickboxen, Frauen Thai-Kickboxen, MMA (Mixed Martial Arts), Kinder Thai-Kickboxen und Strength and Conditioning.

Mit 13 Jahren fing der Inhaber mit Kampfsport an. Zuerst lernte er Taewondo, danach Kickboxen und wechselte schliesslich zu Thai-Kickboxen. 20 Jahre lang nahm er international an Wettkämpfen teil und bestritt 110 Kämpfe. Während 18 Jahren hat der mehrfache Welt-

und Europameister im Thai-Kickboxen sein Herzblut in den Aufbau der drei Gyms gesteckt. Die Geschäftsführerin und Trainerin des TKBC, Sonja Schnüriger, unterstützte ihn dabei tatkräftig. Die mehrfache Europameisterin im Thai-Kickboxen begann neben ihrem Sportwissenschaft- und Betriebswirtschaft-Studium mit Thai-Kickboxen, als sie erst 21 Jahre alt war – und zwar im TKBC unter der Federführung von Thomas Hladky.



**communication-plus:** Warum treibst du Thai-Kickboxen und nicht einen Mannschaftssport?

**Sonja Schnüriger:** Am Thai-Kickboxen gefällt mir, dass ich auf mich alleine gestellt bin und dass die Leistung von mir selber abhängt. Ich kann mich selber puschen und an meine Grenzen gehen. Des Weiteren kann ich mich total auspowern.

**Thomas Hladky:** Jemand, der eine Einzelsportart treibt, ist vom Ego her anders als jemand, der eine Mannschaftssportart ausübt. Ich war im sportlichen Sinne ein Fanatiker. Für mich gab es ab dem 13. Altersjahr nur Training. Nach der Schule nahm ich sofort den Bus und fuhr zum Gym. Meine Begeisterung für den Sport führte dazu, dass ich in diesem Bereich erfolgreich sein wollte.

Und sein Ziel hat er in der Tat erreicht.

**communication-plus:** Wie verbringst du heute deine Freizeit?

**S. Schnüriger:** Ich treibe Sport und mag gutes Essen. Darüber hinaus verbringe ich das Wochenende gerne mit Familie und Freunden. Wenn möglich gehe ich auf Reisen.

**T. Hladky:** Zu meinen Hobbys gehören Tauchen, Reisen und Essen – und Motorrad.

**communication-plus:** Warum bietet das TKBC neben dem gemischten Thai-Kickbox-Training einen auf Frauen ausgerichteten Kurs an?

**S. Schnüriger:** Gewisse Frauen lassen sich einschüchtern, wenn sie Kampfsport mit Männern treiben. Die meisten Frauen kommen nicht zum TKBC, um in den Ring zu steigen. Sie möchten ein einstündiges Fitnessstraining absolvieren und sich auspowern. Des Weiteren möchten sie etwas fürs Krafttraining und ihre Ausdauer tun. Das Commitment ist höher, wenn in einer Gruppe trainiert wird.



Junge Frauen überzeugen mit ihrer Kondition und ihrem Können die Zuschauer.  
Foto: communication-plus

**T. Hladky:** Von allen Mitgliedern machen Frauen 60 Prozent aus. Den Grund dafür kenne ich nicht. Ich kann mir jedoch gut vorstellen, dass das hohe Interesse der Frauen auf Fitness und Selbstverteidigung zurückzuführen ist.

«Es kann jeder anfangen, egal zu welcher Altersgruppe er oder sie angehört.»

Sonja Schnüriger, motivierende Trainerin am TKBC

**communication-plus:** Ist man als Anfänger bzw. Stubenhocker nicht entmutigt, wenn man andere fitte und starke Frauen beim Training beobachtet?

**S. Schnüriger:** Das hängt vom Typ der Frau ab. Es gibt Frauen, die denken, dass sie mit den anderen nicht mithalten können. Andere Frauen kommen und sind motiviert, wenn sie sehen, wie andere Frauen gut kicken und viel Kraft anwenden. Sie sagen sich dann: «Das will ich auch.»

**communication-plus:** Was lernen die Kinder von 4 bis 13 Jahren im Thai-Kickboxen?

**S. Schnüriger:** Das Training läuft spielerisch und koordinativ ab. Die Kinder von 4 bis 6 Jahren lernen Kicks und Schläge, aber auch Purzelbäume schlagen. Ausserdem lernen die Kinder, sich zu konzentrieren, zuzuhören, Respekt vor dem Trainer zu haben und sich nach dem Schultag auszupowern. Gleichzeitig üben sie den sozialen Umgang mit den Mittrainierenden.



Während die einen sich auf dem Gumpi-Schloss austoben, zeigte der Nachwuchs seine Künste. Foto: communication-plus

«Meine Tochter gewinnt an Selbstvertrauen.»

Vater eines 9-jährigen Mitglieds

Ein Vater erzählte, dass seine neunjährige Tochter seit Kurzem am Thai-Kickboxen-Training teilnimmt. «Nach dem Training ist sie fröhlicher, aufgestellt, fast überdrüllt», sagte der Vater strahlend.

«Thai-Kickboxen hilft mir gegen Migräne.»

37-jähriger Kämpfer des TKBC Horw

Ein langjähriges Mitglied schilderte mit grosser Begeisterung: «Ich fühle mich mega wohl. Das TKBC ist ein Traumteam. Ich trainiere vor allem aus gesundheitlichen Gründen. Der Sport verhilft mir nicht nur zur Fitness, sondern auch im Kampf gegen sehr starke Migräneattacken. Des Weiteren verbessere ich meine Fitness, lebe gesünder und denke positiver. Schliesslich kann ich meine negative Energie im Gym rauslassen.



Foto: communication-plus

Auf die Frage, wie die Zukunftspläne des TKBC aussehen, antwortete Thomas Hladky: «In den nächsten 18 Monaten möchte das TKBC zwei weitere Gyms eröffnen – und zwar in Zug und Zürich.»

Und was sich der sportbegeisterte Trainer Thomas Hladky einmal vornimmt, das führt er auch aus.