

1-2003

TAEKWONDO

MEMLEMSBLAD FOR DANSK TAEKWONDO FORBUND



Medlemsblad for
Dansk Taekwondo Forbund

Medlem af:

Danmarks Idrætsforbund
Europæisk Taekwondo Union
World Taekwondo Federation

Redaktør:

Gitte Gregersen
Nordvang 3, 6000 Kolding
Tlf. 75 52 12 55 + Fax 75 54 17 18
E-mail: geg@stofanet.dk

DTaF's sekretariat:

Haulundvej 9
Postboks 9
6870 Ølgod
Tlf. 75 24 62 50
Fax. 75 24 62 51
E-mail: sekretariatet@taekwondo.dk

Sekretariatets telefontider:

Tirsdag kl. 15.00 - 18.00
Torsdag kl. 15.00 - 18.00

Redaktøren påtager sig intet ansvar for manuskripter, fotos og tegninger der indsendes uopfordret.

Meninger udtrykt i artikler o.lign. er forfatterens egne og kan ikke tages til indtægt for forbundets eller bladets holdninger.

Indlæg hvor forfatteren ønsker at være anonym accepteres ikke. Redaktøren har ret til at forkorte eller udelade stof p.g.a. pladsmangel. Indlæg til bladet bedes indsendt pr. mail, på diskette eller maskinskrives med navn og tlf.nr. Ved fotos bedes fotografens navn oplyst.

Deadline til nr. 2-2003:

Annoncer og indlæg:
Den 28. marts 2003

Layout Repro og Tryk:

Delta Grafisk A/S
Viborgvej 159, Postboks 1299
8210 Århus V

Oplag:

5.000 eksemplarer

Forside:

Tim Schmidt, Lars Ramsing, Tobias Jessen, Emil Knudsen og Bjarke F. Larsen fra Tekniklandsholdet

Selvom vi allerede har taget godt hul på det nye år, vil jeg alligevel starte med at ønske jer alle et rigtigt godt nytår, og samtidigt sige tak for det gamle.

DTaF sluttede år 2002 med at sige farvel til et par store arbejdsprofiler; nemlig forbundets PR-ansvarlig Dorthe Sørensen og leder for Turneringssektionen Erling Søndergaard, som begge har valgt at stoppe med deres lederarbejde ved udgangen af 2002. Jeg vil godt sige jer begge tak for et godt samarbejde.....

Jeg vil godt, med et tilbageblik på året der er gået, nævne nogle hændelser som har præget vores forbund og sport på forskellig vis, på både godt og ondt.

En sag ingen af os har kunnet komme udenom er den "kære landsholdssag" som har optaget os alle - og medierne - igennem hele året. Den har slidt på os alle, og selv med kun nogle få uger til DM, hvor de sidste karantæner udløber, og der skal udtages et nyt landshold. er det svært, at lade være med at stille sig selv det spørgsmål: er det over nu?

Vores Tekniklandshold beviste endnu engang, i årets løb, at de er blandt verdenseliten - senest ved Korea Open, hvor de gjorde sig meget positivt bemærket.

Det samme gjorde kamplandsholdet, og nu bliver de to landshold spændende at følge her i 2002 ved henholdsvis EM i Teknik i juni på Korsika og VM i kamp i september i Tyskland.

Samtidig kan jeg jo så sige velkommen tilbage til landsholdet til Jesper Roesen som efter et års pause pga studie/eksamen er tilbage som aktiv kæmper.

DTaF fik også forbundets første 9. Dan i 2002. Kyoung-An Choi bestod gradueringen den 7. september 2002 i Seoul.

Og nu efter at have set tilbage, er det vist ved at være tid for, at vi alle, skal til at se fremad, mod forhåbentlig bedre tider for vores forbund og den sport som vi alle elsker så højt.....

Og så til et mere alvorligt emne! Vores sport er i mine øjne lig med respekt og disciplin og dermed også god opførsel. Desværre er der vist nogen i vores forbund der har glemt

det!!!! Det kommer til udtryk mange steder og i mange forskellige situationer. F.eks. til forbundets stævner, som jo er en del af forbundets markedsføringsgrundlag, og for den sags skyld også klubbernes. Jeg har oplevet det mange gange i det forløbne år - både som redaktør og som dommer - og jeg mener, at det SKAL STOPPES NU eller kammer det over!!!!

Et par eksempler:

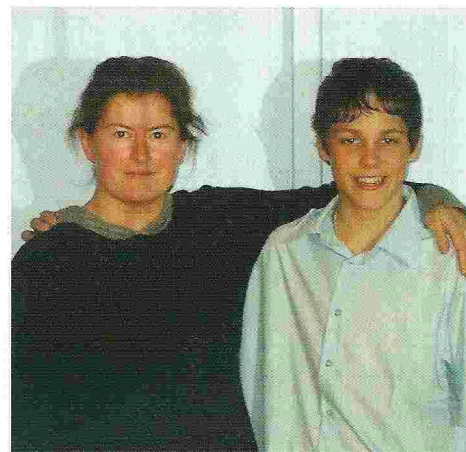
En teknikudøver som går direkte hen og smider sin medalje i den nærmeste skraldespand fordi han kun blev nr. 2.....

En sekundant, som nægter at give hånden til sin kæmpers modstander efter at dennes kæmper har tabt kampen.....

Et klubpublikum, til et kampstævne, som ikke kan finde balancen "hvornår hepper man - hvornår sviner man modstanderen el. dommeren til".....

TÆNK JER OM ALLESAMMEN - vi er jo en stor Taekwondo-familie.

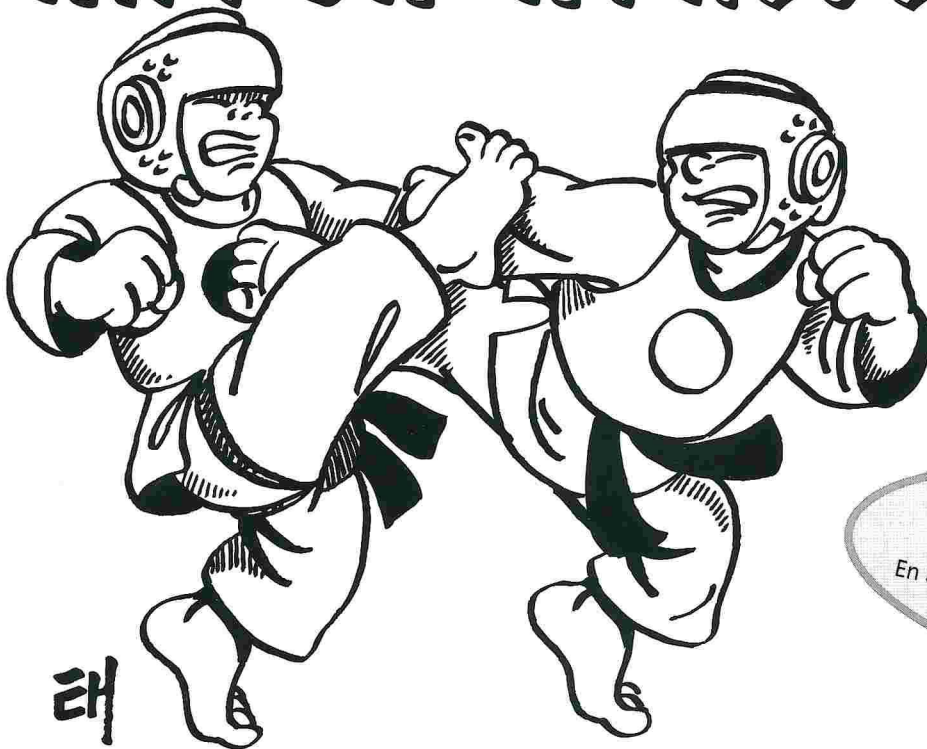
Gitte Gregersen
Forbundsredaktør



Redaktør Gitte Gregersen sammen med dregekæmperen Dennis Kristensen, Vejle TKD Klub.

NIPPON-NYHEDER!

Atak®



Nippon Sport har et stort program til Taekwondo

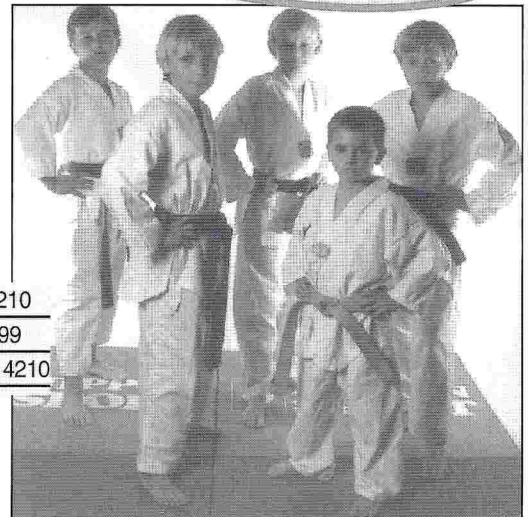
og gennemprøvet - fra begynder til elite-niveau.

Siden Nippon Sport var sponsor for Dansk Taekwondo Forbund i 1990 gik udviklingen af vores taekwoudstyr st rkt. De st rste triumfer i Dansk Taekwondos historie - Europa- og Verdensmestre - blev vundet i udstyr fra Nippon Sport.

Vi har stadig et stort program af vores gammelkendte m rker, men det nyeste er vores dragt fra Atak®, som var of ciel sponsor for Verdensmesterskaberne i Taekwondo i 1997.

Taekwondo kids

En af danmarks mindste Dojang, Song Sim Sae Sim, viser her sit elite-hold: Alle i Atak dobog.



태권도

ATAK® DOBOG ★

En fantastisk begynder dobog i 100% bomuld. Pasform som vores elitedragter med Taekwondo trykt p ryggen.

Denne dobog s lges for Atak® med eneret for Nippon Sport til Danmarks laveste pris.

STR.:	100	110	120	130	140	150	160	170	180	190	200	210
PRIS:	189	199	209	219	229	239	249	259	269	279	289	299
BESTNR.	14100	14110	14120	14130	14140	14150	14160	14170	14180	14190	14200	14210

TRÆNINGS-UDSTYR

SKRIDTBESKYTTER

str.: S, M, L.....kr. 159,-

SKRIDTBESKYTTER

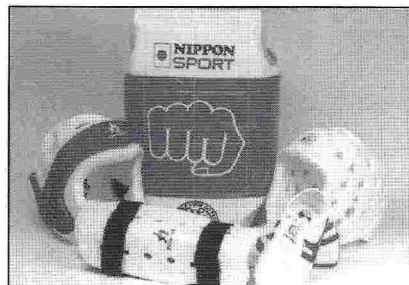
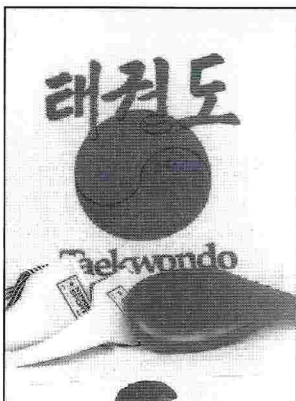
Dame, One-sizekr. 149,-

SLAGPUDE

"Skinke": Single.....kr. 169,-

SLAGPUDE

"Skinke": Dobbeltkr. 199,-



KAMP-UDSTYR

KAMPVEST

Str.: XS, S, M, L.....kr. 349,-

HOVEDBESKYTTER

Str.: S, M, Lkr. 399,-

SKINNEBENSBESKYTTER

Str.: S, M, Lfra kr. 109,-

PROSPECS KICKSKO

Str.: 30 - 47kr. 399,-



NIPPON® SPORT

TØJ TIL SPORTSFOLK MED BARE FØDDER

Alle priser er incl. moms. Ret til ændringer forbeholdes.

Vesterbrogade 173 • 1800 Frederiksberg C • Tlf. 33 23 13 13 • Døgn-telefonsvarer • Fax: 33 24 01 13
Åbent: Man.-fre.: 10 - 17.30 • Lørdag: 10 - 13 • 200 m fra Valby Bakke • Bus nr. 6, 18, 27 og 28 - næsten lige til døren.

Rekvirer vort nye store katalog

DM i Teknik 2002

Den 23. november 2002 var Brande TKD klub vært for det 9. officielle danske mesterskab i Teknik.

Hvem der har favoritværdigheden i de forskellige grupper kan jo altid diskuteres, men en diskret meningsmåling i hallen blandt klubberne og publikum afslørede faktisk at mange mente, at det var overraskelsernes dag - akkurat lige som sidste år - for flere gruppers vedkommende blev det til nye danske mestre, og i en enkelt gruppe var det fordi storfavoritten blev henvist til 2. pladsen efter flere års dominans.

I Herre Senior 27-34 år har Peter Kristensen, Ballerup i flere år været en sikker vinder herhjemme, men det er han tilsyneladende ikke længere. Mark Lee Larsen, Skanderborg er i løbet af året rykket op og Peter måtte se sig slået og derfor henvist til 2. pladsen mens Peters klubkammerat, Claus Thomsen, som, mere eller mindre, har været den evige 2'er i flere år, blev henvist til 3. pladsen.

I grupperne Dame Senior 18-27 år og Parløb blev der også fundet nye danske mestre, idet favoritten i de to grupper ikke stillede op.

I Dame-gruppen glimrede sidste års danske mester, Nicole Linde Jensen, Bolbro med sit fravær da hun er i Paris og studere sprog og det gav så plads til de øvrige landsholdspiger; Trine Jørgensen, Ballerup - Kamilla Kierstein, Risskov og den nyoprykkede Maria Latkovic, Herlev. Ny dansk mester blev den 18 årige Herlev-pige som deltog i sit første senior-DM.

I Parløb, hvor Peter Rothgardt, Århus jo havde lidt svært ved at stille op uden Nicole resulterede dette i tæt kamp mellem de to andre landsholdspiger; Randi West Hansen og Peter Kristensen samt Maria Latkovic og Kim Drube. Her var det så Randi og Peter der løb med sejren. I gruppen deltog også elitekæmperen Anders Bjerre Madsen og den tidligere elitekæmper Tina Sørensen, begge Esbjerg City. Det var deres teknik-debut eftersom de havde været i Malmø til Sweden Open da JM blev afholdt - og som de sagde bagefter; det her er da godt nok noget helt andet end at kæmpe!!!!

da man jo udmærket godt vidste hvor denne ville blive placeret, nemlig hos Khoa Dang Ngo, Viby - men om de øvrige to medaljer som formentlig ville resultere i en landsholdsplads. De 4 unge var Bjarke Follin Larsen, Herning - Emil Knudsen, Haderslev - Lars Ramsing, Skanderborg samt den nyoprykkede Tobias Jessen, Skive som for første gang deltog i denne gruppe ved Scandinavien

Open den 9. november og faktisk slog både Emil og Bjarke ved dette stævne. Denne præstation gentog han ved DM hvor han vandt bronze efter Khoa og Lars. Og med en Khoa der fylder 18 år, var så spørgsmålet hvem der ville få de to juniorlandsholdspladser som Khoa og Lars hidtil har haft eller om der i det hele taget ville blive udtaget 2?

Lars Gregersen fra Eliteidrætsudvalget fik ordet sidst på dagen hvor han udover at skulle præsentere det nye Tekniklandshold informerede om en omstrukturering af ledelsen på Tekniklandsholdet hvilket bl.a. har medført ansættelsen af ny landsholdstræner og ny ass. landsholdstræner: Henrik Frost og Randi West Hansen.

Læs mere om dette næste side .

Gitte Gregersen
Redaktør



(fra v.) Bjarke Larsen, Emil Knudsen, Lars Ramsing og Tobias Jessen



Randi W. Hansen og Henrik Frost

Ny struktur på Tekniklandsholdet

Det er snart 10 år siden Danmark deltog ved det første Europamesterskab i Østrig, og i de 10 år har Danmark gang på gang bevist sin styrke inden for Teknikdisciplinerne i Europa under ledelse af den hidtidige landsholdstræner Ky Tu Dinh Dang. Da Ky Tu i de senere år er blevet mere presset jobmæssigt, samt i forbindelse med undervisning på lejre og seminarer over hele verden, har vi valgt at ændre lidt på strukturen omkring Tekniklandsholdet.

Henrik Frost er ny landsholdstræner med ansvaret for holdet.

Randi West Hansen er ny ass. træner og skal bistå Henrik Frost i det daglige arbejde.

Ky Tu Dinh Dang er ny teknisk direktør og skal følge den tekniske udvikling internationalt samt være med til at præge denne. Skal stadigvæk undervise på landsholdssamlinger.

Morten Høgh er fysisk træner/fysioterapeut og udarbejder fysiske træningsplaner for holdet samt vejlede i forbindelse med skader og genoptræning. **Anne Søndergaard** er tilknyttet som assistent for Morten.

Alle ovennævnte stillinger er stadig ulønnede.

Eliteidrætsudvalget

Nyt Tekniklandshold

Den nye landsholdstrup blev udtaget i forbindelse med afholdelse af de danske mesterskaber i Teknik i Brande den 23. november 2002.

Truppen blev udtaget af daværende ass. træner Henrik Frost samt Lars Gregersen og Jørgen Kempel fra Eliteidrætsudvalget.

Truppen er en bruttotrup. Hvilke discipliner de forskellige udøvere er udtaget i vil blive meddelt på en samling i 2003.

Landsholdet:

Lars Ramsing, Skanderborg
Tobias Jessen, Skive
Emil Knudsen, Haderslev
Bjarke Follin Larsen, Herning
Tim Schmidt, Haderslev
Min-Ho Ahn, Aalborg
Kim Drube, Herlev
Peter Rothgardt, Århus
Claus Thomsen, Ballerup
Peter Kristensen, Ballerup
Mark Lee Larsen, Skanderborg
Ky Tu Dang, Rødovre
Maria Latkovic, Herlev
Nicole Linde Jensen, Bolbro
Kamilla Kierstein, Risskov
Trine Jørgensen, Ballerup
Randi West Hansen, Ballerup

Det er blandt ovennævnte, at deltagerne i Europamesterskabet, som afholdes i juni på Korsika, skal findes. Hvorfor der venter landsholdet et hårdt trænings- og stævneprogram hele foråret.

Landsholdet har den første samling



Den nye landsholdstrup 2003 - Nicole L. Jensen og Ky Tu Ding Dang mangler

i Vejle mellem jul og nytår - en 1-dags samling, som vil blive meget informativ. Landsholdets første rigtige samling bliver i Vejle i januar 2003.

Gitte Gregersen
redaktør

Nyheder på E-mail!!

Tilmeld dig DTaFs info-service og få Taekwondo-nyhederne express.

Hvis du er forbunds- og/eller klubleder, instruktør, eller bare en engageret TKD-udøver med interesse for hvad der sker i forbundet, så tilmeld dig forbundets info-service.

Fordele:

- du får nyhederne express
- du er op-to-date med alt hvad der foregår i DTaF
- du får indbydelser til stævner og andre arrangementer tilsendt
- du får pressemeddelelser om landsholdenes resultater tilsendt o.s.v.

Tilmeld dig ved:

Torben Sachmann Hansen, e-mail: sachmann.hansen@get2net.dk

De unge herrer på TLH

Den 29 december 2002 afholdt Tekniklandsholdet (TLH) den første samling efter udtagelsen af den nye landsholdstrup. Det var en 1-dags samling med meget mødeaktivitet og en enkelt træning.

Redaktionen aflagde besøg under samlingen og fik en lille snak med de 4 juniorer samt den kun 21 årige Tim Schmidt som er den eneste nye senior på landsholdet.



Emil Knudsen, Haderslev

GG: Du er nu blevet udtaget til junior-landsholdet, hvilket var dit mål da vi snakkede sammen sidst. Du har også fået at vide at du er udtaget på grund af din udvikling og fordi landsholdsledelsen vil se fremad og tænke på næste generation da de nuværende jo ikke bliver ved for evigt, og at du nu har et år til at bevise at du har kvaliteterne til en landsholdsplads også i fremtiden. Havde du regnet med at blive udtaget sådan som efteråret forløb?

EK: Jeg vidste jo, at der var rigtig hård konkurrence i min gruppe, og at der skulle trænes rigtig meget for at få en landsholdsplads. Men efter det første stævne her i efteråret, hvor Tobias jo er kommet op i vores gruppe, fandt jeg virkelig ud af hvor meget de andre også har udviklet sig, og havde egentlig ikke regnet med, at jeg ville blive udtaget til holdet.

GG: Hvordan vil du bruge det næste år?

EK: Det næste år vil jeg helt sikkert bruge på intensivt at træne mine "mangler", og forhåbentlig få rettet op på mange af dem.

6 GG: Du har nu været på din

første TLH-samling. Hvordan var det?

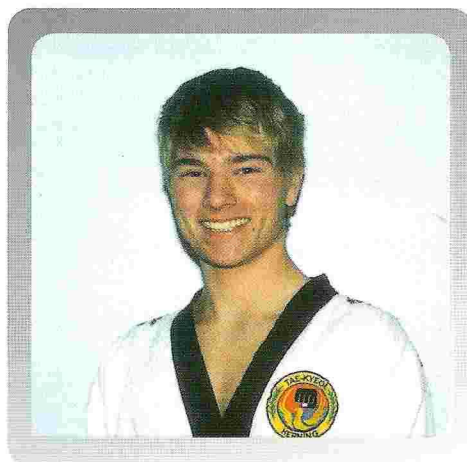
EK: Denne samling har været stille og rolig da det mest var ang. struktur, stævner, forebyggelse af skader m.m. Landsholdets fysioterapeut Morten Høeg har været her idag og viste os adskillige øvelser til hvordan vi kan undgå skader og overbelastninger. Det synes jeg var helt kanon! Men jeg glæder mig til næste samling, for at se hvordan en "rigtig" landsholdssamling er.

GG: Dit syn på dine 3 konkurrenter?

EK: De er meget dygtige, men jeg vil, ren konkurrencemæssigt, gerne være bedre end dem, selvom det vil koste blod, sved og tårer. Uden for banen er jeg rigtig gode venner med dem alle 3.

GG: Dine forventninger og mål for det næste år?

EK: Jeg har forventning om at jeg får nogle ting fra samlingerne, som jeg kan tage med hjem til klubben og rette op på og på den måde forbedre min teknik. Mit mål for det kommende år er at bevise over for landsholdsledelsen, at jeg har kvaliteterne til at blive på landsholdet også i fremtiden. Og så selvfølgelig komme med til nogle stævner og ha' det rigtig fedt :o)



Bjarke Follin Larsen, Herning

GG: Du er nu blevet udtaget til junior-landsholdet, hvilket var dit mål da vi snakkede sammen sidst. Du har også fået at vide at du er udtaget på grund af din udvikling og fordi landsholdsledelsen vil se fremad og tænke på næste generation da de nuværende jo ikke bliver ved for evigt, og at du nu har et år til at

bevise at du har kvaliteterne til en landsholdsplads også i fremtiden. Havde du regnet med at blive udtaget sådan som efteråret forløb?

BFL: Nej, det havde jeg ikke. Ikke efter at have ligget bagefter de 3 andre - meget lidt, men stadigvæk - til samtlige stævner hele efteråret.

GG: Hvordan vil du bruge det næste år?

BFL: Jeg vil naturligvis træne så meget som muligt, og ellers prøve at lære så meget af veteranerne fra landsholdet.

GG: Du har nu været på din første TLH-samling. Hvordan var det?

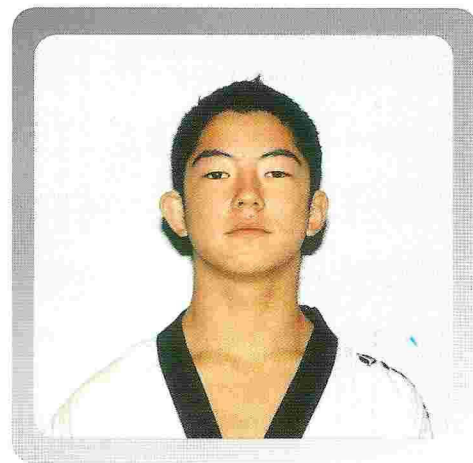
BFL: Det var fedt. Stemningen var i top og man fik mange gode input. Jeg tror, jeg lige skal vænne mig til at være sammen med de idoler man ellers bare har læst om i forbundsbladene.

GG: Dit syn på dine 3 konkurrenter?

BFL: De er gode på banen, og også nogle rigtig gode kammerater. Jeg kunne ikke ønske mig bedre konkurrenter.

GG: Dine forventninger og mål for det næste år?

BFL: Jeg vil slå Lars, Emil og Tobias, og det tror jeg også er muligt. Jeg har også et mål der hedder EM, men nu må vi jo se hvad det bliver til.



Tobias Jessen, Skive

GG: Du er af mange, incl. mig selv, blevet opfattet som lidt af en "joker". Du dukker op sidst på året og har udviklet dig kolosalt rent teknisk siden Danish Open og giver Emil og

De unge herrer på TLH - fortsat

Bjarke baghjul ved både Scandinavi- en Open og DM. Og nu er du på landsholdet. Havde du regnet med at blive udtaget?

TJ: Nej, jeg havde ikke regnet med at blive udtaget. Peter Rothgardt kom nemlig hen til mig til DM og spurgte om min bæltegrad og alder, og da han er ny assisterende træner på talentholdet Vest, tænkte jeg at han sikkert skulle have nogle oplysninger om de nyudtagne til talentholdet. Så jeg blev meget overrasket da mit navn blev råbt op.

GG: Du har fået at vide at du er udtaget på grund af din udvikling og fordi landsholdsledelsen vil se fremad og tænke på næste generation da de nuværende jo ikke bliver ved for evigt, og at du nu har et år til at bevise at du har kvalitetene til en landsholdsplads også i fremtiden. Hvordan vil du bruge det næste år?

TJ: Jeg vil blive ved med at forsøge at udvikle mig. Og det kan kun gøres på én måde, at træne! Så jeg har tænkt mig at træne meget målrettet på især mine spark, og prøve at udvikle mig på dette punkt.

GG: Du har nu været på din første TLH-samling. Hvordan var det?

TJ: Det var en rigtig god samling. Og min første, men jeg syntes det gik meget godt. Jeg fik snakket med de "gamle" på holdet. Så alt i alt er jeg MEGET tilfreds.

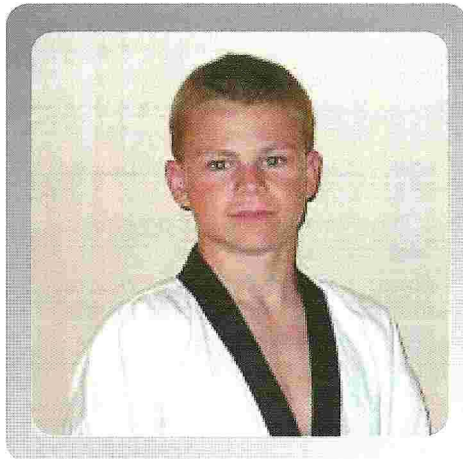
GG: Dit syn på dine 3 konkurrenter?

TJ: Det er et svært spørgsmål. Jeg synes vi ligger meget tæt, og de er meget stærke alle 3. Både Emil og Bjarke har slået mig før, så alt kan ske. Lars ligger jeg lige i røven på. Sidst til Dm vandt jeg over ham i 1. runde, men var bagud med 0,1 efter 2. runde. Og 3. runde snakker vi ikke om....

GG: Dine forventninger og mål for det næste år?

TJ: Lige nu har jeg ikke rigtigt noget mål, for jeg har opnået det jeg altid har drømt om, at komme på landsholdet. Men hvis det skulle være, skulle det nok være at øge afstanden til de andre og ligge nr. 1 i vores gruppe. Og så selvfølgelig komme på A-landsholdet.

Lars Ramsing, Skanderborg



GG: Du har jo aldrig rigtig været i tvivl om at du ville blive udtaget igen, og nu er I 4 juniorer på landsholdet. Havde du regnet med det?

LR: Nej, jeg havde ikke regnet med at de ville udtage os alle 4. Jeg var sikker på at de ville udtage en mere, men ikke 4.

Jeg tror dog, at jeg kan se fordelene i, at vi er flere der skal presse hinanden, og ikke kun to. Det er nemlig tit sådan at man motiverer hinanden. Og når vi nu er 4 i samme gruppe vil der altid være en der træner mere, er bedre o.s.v., så dermed motiverer man hele tiden hinanden til et højere niveau.

GG: har du gjort dig nogle tanker om hvordan du vil bruge det næste år?

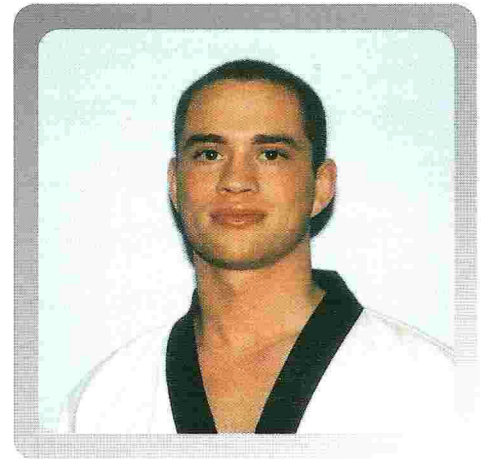
LR: Ja, jeg har en ganske klar plan der lyder; træne, træne, træne og så skal jeg også lige træne. Og ellers prøve at blive så god som mulig.

GG: Dit syn på dine 3 konkurrenter?

LR: Teknisk ligger vi alle 4 inden for et point til halvanden, så det må siges at være tæt. De er alle 3 knald dygtige, og jeg føler mig hele tiden presset bagfra, til at yde mit bedste. Personligt set er de alle 3 nogle kanon fyre, som man med nemhed kan omgås.

GG: Dine forventninger og mål for det næste år?

LR: Den eneste forventning jeg har er at gøre det bedste jeg kan - både trænings- og stævnemæssigt. Mit mål for det næste år, er at lave nogle gode resultater såvel ved na-tionale som internationale stævner.



Tim Schmidt, Haderslev

GG: Du er nu blevet udtaget til landsholdet, hvilket jeg ved har været dit mål hele året. Du har fået at vide at du er udtaget på grund af din udvikling og fordi landsholdsledelsen vil se fremad og tænke på næste generation da de nuværende jo ikke bliver ved for evigt, og at du nu har et år til at bevise at du har kvalitetene til en landsholdsplads også i fremtiden. Troede du selv på at du ville blive udtaget?

TS: Det er svært at svare på. Man har jo sine forudsætninger, og håb, men et eller andet sted så et lille ja, men min gruppe (18-27 år) er jo allerede så godt besat, så egentlig regnede jeg ikke med det. Jeg har selv nogle elever som kommer i første række, så træningen op til DM var ikke optimal, da jeg gerne ville have dem frem først.

Men det at være blevet udtaget er fedt - det gir energi og lyst - og jeg stod stille rent udviklingsmæssigt, så nu er chancen her, for at kan nå til tops, så nu er der kun en vej frem og det er; træning, træning og atter træning, for det bliver benhårdt. Men hvem har sagt andet.

GG: Hvordan vil du bruge dette år på landsholdet?

TS: Hvad landsholdet angår, så først og fremmest at falde godt til. Også på en måde starte på en ny da jeg ikke føler at jeg har min egen stil. Man har jo i løbet af årene stjålet lidt fra den og den, men jeg mener at det er vigtigt at finde sin egen rytme og stil så man kan skille sig ud, få sit eget image. Det er jo det det handler om.

Så vil jeg til at koncentrere mig meget mere om mig selv, til at træne mere og sætte mig nogle mål, for ellers holder det ikke. Men ellers ta-

De unge herrer på TLH - fortsat

ge et stævne ad gangen, og så tage udgangspunkt der fra, hvordan det gik, hvad kan gøres bedre, og så på den måde bygge det op, for at opnå det optimale.

GG: Du har nu været på din første landsholdssamling. Hvordan var det?

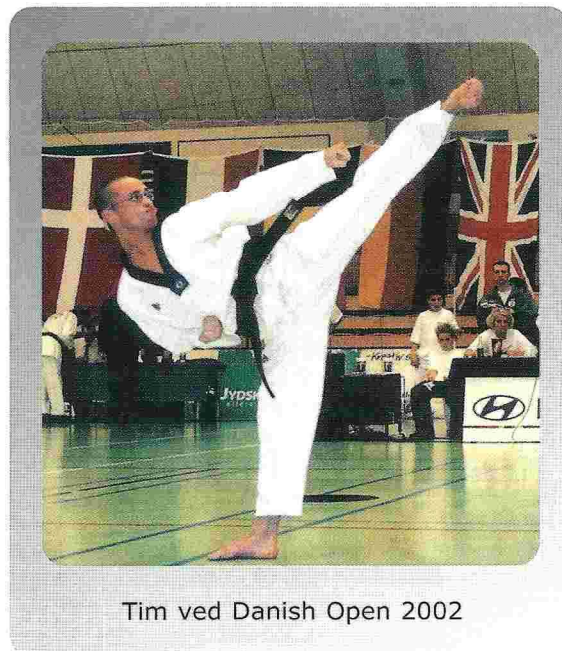
TS: Det var vildt hyggeligt. Jeg synes det var en rigtig god måde at få os samlet på. Og et par timers træning lige efter julen, ja... det kan godt være hårdt når man ikke har lavet andet end at spise god julemad.

Denne ene træning, synes jeg, viste klart hvad den nye ledelse har lagt for året. Det virker gennemtænkt og ikke mindst er der styr på det hele. Bare den del hvor vi havde Anne og Morten på var rigtig godt. Der var en god gennemgang af de forskellige muskelgrupper som vi skulle hjem og arbejde med, og hvordan disse kunne styrkes.

Tager man holdet i en enhed i træningen, så har jeg ikke andet at sige end at der er et kanon teamwork og at det er vildt fedt. Det giver en lyst til at træne.

GG: Dine forventninger og mål for det næste års tid?

TS: Det er svært. Jeg tror ikke at jeg vil stille for høje forventninger til mig selv, da jeg endnu ikke har den helt store erfaring. Jeg vil godt hente noget mere erfaring og få det bygget op, for så bliver jeg mere sikker på mig selv, og som jeg tidligere har sagt, vil jeg tage et stævne ad gangen. Ellers vil jeg yde mit bedste og holde en placering som jeg og mine trænere er tilfredse med. Når presset bliver større kommer udviklingen helt ad sig selv.



Tim ved Danish Open 2002

Interview foretaget af redaktør Gitte Gregersen

Portræt - ny Tekniklandsholdstræner

I forbindelse med Tekniklandsholdssamlingen den 29. december 2002 havde redaktionen en lang snak med den nye landsholdstræner Henrik Frost. Vi kom ind på mange ting, lige fra snak om forbund, hans planer med landsholdet til Teknik i Europa og det kommende EM. Og det kom der et meget spændende interview ud af.

GG: Giv lige en kort beskrivelse af dine civile data.

HF: Jeg er 29 år. Har boet i København siden 1997. Arbejder som politiassistent på St. City. Er chefinstruktør i Østerbro TKD Klub. Har tidligere trænet 13 år i Risskov TKD Klub. Gradueret 4. Dan i 1997. Er leder af (DTDT) som er DTaFs Nationale Opvisningshold, er poomse-dommer og er tidligere kampdommer.

Hvad angår mit tilhørsforhold til Tekniklandsholdet, blev jeg udtaget til det 1. officielle landshold i 1994. Har været aktiv på landsholdet frem til 1998, hvorefter jeg blev ass. landsholdstræner. Genoptog min aktive karriere igen i 1999 og var aktiv frem til EM 2001. Har deltaget i 3 europamesterskaber og har vundet 2 EM sølv og 2 EM bronze samt et hav af internationale og nationale medaljer.

GG: Hvad er dine forventninger og mål som landsholdstræner?

HF: Mine forventninger og mål er klart, at jeg kan fortsætte den gode linie, som Ky Tu har lagt for holdet de sidste mange år. Det gælder både det resultatmæssige samt de sociale aspekter, som altid har været lidt specielt på tekniklandsholdet. Jeg vil derudover arbejde for, at der fremover bliver fokuseret mere på den enkelte udøver på holdet, således at alle hele tiden er klar over, hvad de skal arbejde med. De skal således også være klar over, at der forventes løbende forbedringer i deres teknikker. Rent resultatmæssigt vil jeg være tilfreds, hvis vi på europæisk plan kan ligge mellem de 5 bedste nationer, men idet vi i år deltager i 2 grupper mindre end ved tidligere Europamesterskaber, så kræver det nogle meget flotte resultater i de grupper, vi er repræsenteret i.

GG: Hvad mener du er dine vigtigste opgaver som landsholdstræner?

HF: Det vil være at sørge for, at alle holdets udøvere igennem hele sæsonen bliver vejledt og udviklet tilfredsstillende for alle parter. Udøverne har i en personprofil selv bekendtgjort, at de forventer en

masse personlig feedback, så der ligger en stor udfordring. Specielt fordi holdet nu er større end de tidligere hold. Derudover bliver det vigtigt, at der kommer struktur på de mange samlinger og stævner, hvor vi nogengange vil være 3 undervisere tilstede. Det skal helst kun gavne holdet på positive måder.

GG: Dine forventninger til samarbejdet med Tu og Randi?

HF: Jeg ser meget frem til vores samarbejde. Randi underviste jeg sammen med på sommerlejren i 2001, hvor vi afviklede en "elitepoomsetræning", og vi er rigtig gode til at supplere hinanden og tænker ret ens. Tu har jeg trænet under og med siden 1994, så jeg ved efterhånden, hvilke store ressourcer han fortsat kan bidrage med på holdet. Ved at kombinere vores styrker og forskelligheder, tror jeg, at vi kan få et rigtig godt resultat ud af træningen af landsholdet.

GG: Dine forventninger til samarbejdet med EIU?

HF: Jeg har i forløbet som ass. træner haft et glimrende samarbejde med EIU, og også deltaget i flere af

fortsættes på side 10

Vidste du at....

- Talentudvikling i Teknik, både Øst og Vest har fået en ny instruktør? Peter Rothgardt, Århus og Tekniklandsholdet har erstattet Stinna Brædder således at Vest nu undervises af Peter Rothgardt og den tidligere Tekniklandsholdsudøver Preben Ernst, Århus. Peter Kristensen, Ballerup og Tekniklandsholdet overtager trænerfunktionen efter Randi West Hansen, således at ØST nu undervises af Peter Kristensen og tekniklandsholdskollegaen Kim Drube, Herlev.
Læs mere på side 24
- Claus Thomsen, Ballerup og Tekniklandsholdet har vundet ialt 141 medaljen han kom på landsholdet i 1996? De fordeler sig til 70 guld, 43 sølv og 28 bronze.
- der er kommet ny stab i Turneringssektionen? Elie Iskandar, Esbjerg og Dejan Vucelic, Ballerup skal være stævneleder ved kampstævner mens Edina Lents, Rønne og Jesper Bistrup, Ballerup skal være stævneleder ved teknikstævner, Jesper Bistrup bliver Erling Søndergaards efterfølger, d.v.s. at han skal lede og fordele arbejdet i sektionen.
- den nye Tekniklandsholdstræner, Henrik Frost fylder 30 år den 29. marts 2003?
- Nørrebro TKD klub fejrede klubbens 20 års jubilæum samt ombygning af deres lokaler i december 2002?
- et udvalgt dansk hold slog et koreansk hold 5-4 i en kamp lørdag den 14. december 2002? De 5 sejre blev hevet hjem af de 4 landsholdskæmpere Phulip Reyes, Rødovre - Anders Carlsen, Rødovre - Nicolaj Laustsen, Viby Olympic og Lise Hjortshøj, Viby Olympic samt Christina Børglum, Holbæk.

Abror Haider stoppet på kamplandsholdet

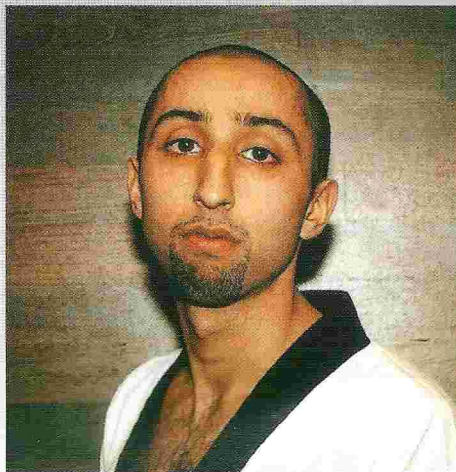
Kamplandsholdets talsmand, den 29 årige Abror Haider, der har været en del af det danske landshold siden 1989, har pr. januar 2003 valgt at stoppe sin lange aktive karriere på eliteplan.

Abror har vundet utrolig mange medaljer gennem årene. Hans største triumf var VM-sølv i 1999. Blandt hans andre store sejre kan nævnes: EM guld i 1990, EM sølv i 1992, guld ved World Games i 1993, sølv ved World Cup i 1994 samt et hav af medaljer ved store internationale stævner som f.eks. US Open og Korea Open.

Abror havde ellers håbet på, at han ved OL i Grækenland i 2004, kunne sætte et flot punktum på en ligeså flot karriere, men efter at have gennemgået en knæoperation i efteråret 2002 har han måtte sande, at skaden har været så alvorlig, at det ikke er muligt for ham at yde en indsats han kan være tilfreds med.

Undertegnede vil gerne sige tak til Abror for et godt samarbejde i den tid jeg har været redaktør.

Gitte Gregersen
Forbundsredaktør



AKTIVITETSPLAN

05.04.03	Talentstævne, Teknik Skanderborg
25.-27.4.03	Tyskland Open, Kamp Bonn
26.-27.4.03	Instruktør I og II, Rødovre
10.05.03	Danish Open, Kamp LEDIG
17.-18. maj	Danfortræning, Skive
24.05.03	Danish Open, Teknik Kolding
24.-25.05.03	Instruktør I og II, Esbjerg
14.-15. juni	EM i Teknik, Korsika
14.06.03	Pulje begynder/talent stævne, kamp Esbjerg City
5.-11. juli 03	Sommerlejr, Esbjerg
16.08.03	Wonderfull Copenhagen, kamp
13.09.03	Pulje Begynder/Talent stævne, kamp Nordborg
13.-14.09.03	Instruktør I, Vejle
24.-28.09.03	VM i kamp, Tyskland
11.10.03	SM i Teknik, LEDIG
11.-12.10.03	Instruktør I og II, Rødovre
18.10.03	JM i Teknik, Skanderborg
25.10.03	Pulje Begynder stævne, kamp, LEDIG
08.11.03	Scandinavien Open, Kamp/teknik, Århus
08.-09.11.03	Instruktør II, Vejle
22.11.03	DM i Teknik, LEDIG

Portræt - ny Tekniklandsholdstræner

deres møder. Jeg vil selvfølgelig forsøge at presse på for at teknikdelen får tildelt flere midler, idet vi stadig har trange kår. Men jeg har stor tillid til, at EIU også fremover tager teknikdelen alvorligt. Jørn Kempels indtræden i EIU var også et meget positivt tiltag, idet Jørn selv er tidligere eliteteknikudøver.

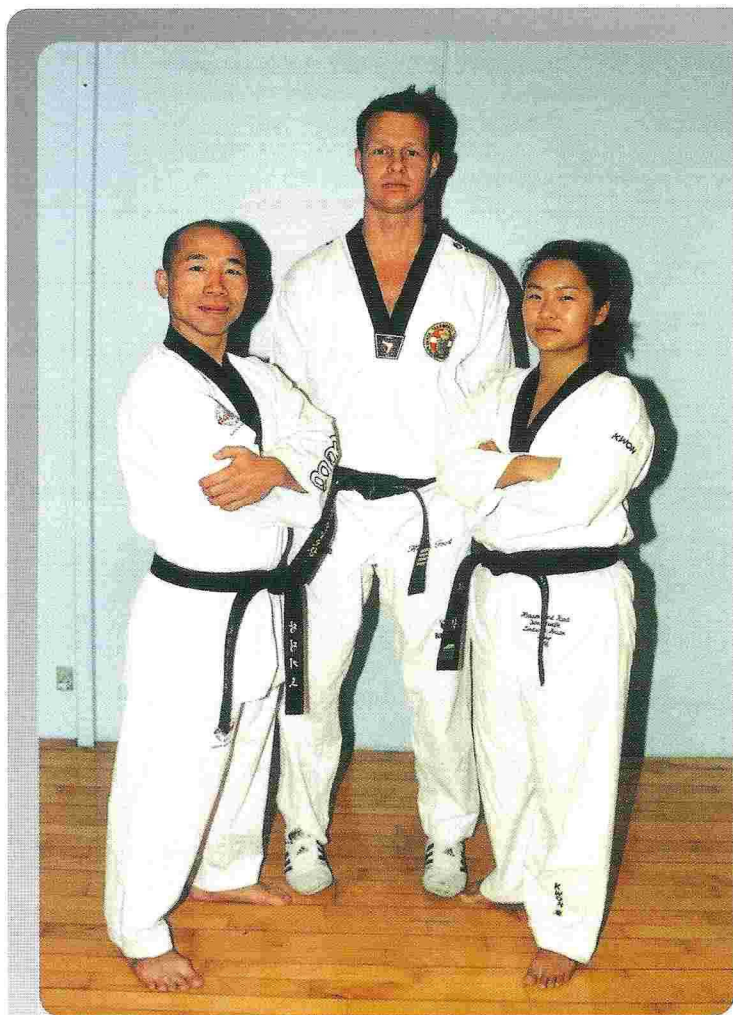
GG: Der er EM i juni. Hvad er din vurdering af dette EM i forhold til de tidligere?

HF: Dette EM bliver med sikkerhed endnu hårdere besat end de tidligere. Siden det første EM i 1993, har man hver gang kunnet konstatere, at kvaliteten blandt deltagerne blev bedre og bedre. I mange år har Danmark p.g.a. Ky Tu's store benarbejde ligget godt i front, men nu begynder mange af de førhen knap så teknisk dygtige lande at blande sig, mens de gamle store tekniknationer også hele tiden forbedrer sig. Resultatmæssigt er jeg meget forventningsfuld og regner med medaljer i mindst 4 grupper. Da vi på grund af en stram økonomi kun kan være væk hjemmefra i 4 dage, bliver dette EM nok knap så oplevelsesrigt som de øvrige. Vi har hidtil haft tid til at tage på sightseeing en enkelt dag, men det bliver der ikke noget af i år. Vi lander dagen før stævnet, så der bliver stort set heller ikke mulighed for, at udøverne kan nå at tilpasse sig omgivelserne i stævnehallen, f.eks. underlaget, hvilket er ret vigtigt. Men det danske hold har altid været god til at tilpasse sig, så det gør vi forhåbentlig også.

GG: Hvad har du af planer for udtagelsen af EM-truppen og forberedelsen til EM?

HF: Da EM i år allerede ligger i juni, skal udtagelsen af netto-truppen falde senest omkring 1. maj. Deltagerne i flere af grupperne ligger allerede ret fast, mens der bl.a. i junior herrer, herrer 27-34, mixpar og mixteam ikke er foretaget en

endelig udtagelse. Men udgangspunktet er selvfølgelig, at de bedste i de enkelte grupper bliver udtaget, hvilket kan betyde, at flere af de udtagne kan ende med at stille op i 3 discipliner. Men p.g.a. den slunkne økonomi, kan vi som før nævnt langt fra stille fuldt hold, lige som vi af nød kan blive nødsaget til at sætte flere af de i forvejen udtagne udøvere sammen i f.eks. mixteam for overhovedet at kunne stille med et hold i denne gruppe.



Ky Tu Dang, Henrik Frost og Randi West Hansen

Med hensyn til forberedelser, så bliver der kørt meget hårdt på her i det første halvår frem mod EM med 3 weekendsamlinger, en 5-dages træningslejr kun for EM-deltagerne samt to udenlandske stævner. Alle skal arbejde utrolig meget med specielt deres apchagi og yopchagi, og jeg har i samarbejde med vores fysiske træner, Morten Høgh, fået udarbejdet et forhåbentlig effektivt træningsprogram, der udover at gøre sparkene flottere også skulle forebygge overbelastningsskader, som teknikudøverne også slås en del

med.

GG: Hvor ser du styrken/svagheder hos de danske teknikere kontra de bedste udenlandske nationer?

HF: De danske teknikere har i mange år været forgangsmænd for, hvordan forskellige poomse'er skulle udføres. Vores bevægelser og teknikker er blevet kopieret om og om igen af andre nationer, sådan at de forskellige nationaliteter i dag er mere ensartet end førhen. Vores styrke er dog stadig, at vores teknikker er meget smidige og indlevende. Vi bruger hoften og skulderen i specielt håndteknikkerne mere end de fleste, hvilket bl.a. gør bevægelserne mere dynamiske at se på. Vores svaghed er pt. klart vores sparketeknikker. I f.eks. Tyskland kan alle teknikudøvere med respekt for sig selv, lave meget markerede og høje yopchagi'er. En anden svaghed hos danskerne er vores lave antal. Der er for lidt konkurrence i de enkelte grupper og for få udøvere til at presse hinanden. I mange andre europæiske lande står talenter i kø for at blive udtaget til landsholdene, mens vi i Danmark i mange grupper må lede efter talenterne.

GG: Din vurdering af talentudvikling?

HF: Talentudvikling inden for teknik er det bedste, der er sket på tekniksiden i meget lang tid. Det er tydeligt, at udviklingen hos de enkelte udøvere går stærkere og de får hurtigere fornemmelse af, hvad

der skal til, for at slå landsholdsdeltagere af pinden. Efter et par år på et talenthold har udøverne fået sat de mest basale teknikker og bevægelser på plads, hvilket førhen var noget, man skulle bruge det første stykke tid på landsholdet på. Der er dog stadig alt for få midler afsat til talentudviklingen i teknik. 16.000 kr. helt præcist. Derfor er der kun mulighed for 4 samlinger om året, hvilket er for lidt.

GG: Man kan vel godt sige at der er en rød tråd mellem talentudvikling

Portræt - ny tekniklandsholdstræner

og tekniklandsholdet eftersom 3 ud af 4 talenttrænere er på landsholdet og den 4. er tidligere landsholdsudøver. Kunne du forestille dig et tættere samarbejde mellem landshold og talentudvikling end det er nu?

HF: Det er vigtigt, at talenttrænerne følger med udviklingen, hvorfor det hele tiden har været hensigten, at talenttrænerne skulle deltage i 1-2 landsholdssamlinger om året. Landsholdets trænere har ligeledes været inviteret til talentsamlingerne. Jeg synes, at modellen er god, som den er nu, men jeg vil arbejde på, at talentholdene, i den grad det er anvendeligt kommer til at træne så tæt op ad den måde, som landsholdet træner på, da det på lang sigt vil give de bedste resultater.

GG: Du har nu været med til at udtage 4 helt nye (Emil Knudsen, Bjarke F. Larsen, Tobias Jessen og Tim Schmidt) p.g.a. deres udvikling. Hvad er dine planer med dem?

HF: Jeg har været overrasket over hvor hurtigt Emil, Bjarke, Tobias og Tim har udviklet sig gennem de sidste 2 sæsoner. Det er nu hensigten, at jeg vil se, om de kan bibeholde hastigheden af deres udvikling ved at komme på landsholdet, hvor de bliver fulgt meget nøje. Pt. er der ikke nogen egentlig landsholdsplads til nogen af dem, da Lars Ramsing stadig er ubesejret i juniorklassen. Det er dog også med fremadrettede øjne, at de er udtaget, idet flere af de "gamle" på holdet nok ikke bliver ved for evigt. Der vil således blive brug for nogle dygtige udøvere til

både kommende synkron- og mix-parhold. Ved en intensiv træning vil enkelte af dem forhåbentlig også kunne gøre sig i de individuelle grupper, men idet de næsten alle er lige gamle, så bliver der kamp om den individuelle plads. Alle bliver dog kun udtaget til en sæson ad gangen, hvorfor mine udtalelser til næste år selvfølgelig vil bygge på deres udvikling og resultater i den kommende sæson.

Interview foretaget af
Redaktør Gitte Gregersen

Taekwondo-bryllup

Lørdag den 19. oktober 2002 ringede bryllupsklokkerne for Michael Nyboe, Århus Taekwondo Klub, idet han blev viet med Pernille Engelrud i Holme kirke. Efterfølgende blev deres søn døbt Daniel Engelrud, og

Michael har i samme forbindelse valgt at ændre sit efternavn fra Michael Nyboe-Jørgensen til Michael Engelrud.

Redaktionen sender hermed et stort tillykke.
Gitte Gregersen



HVEM BLIVER MON ÅRETS LEDER OG ÅRETS UDØVER I 2002?

På DTaFs årlige repræsentantskabsmøde er der tradition for at der kåres en årets leder og årets udøver for det år der er gået.

Redaktionen har set 5 år tilbage i tiden og gravet følgende frem:

Årets leder:

2001: Karin Schwartz, Esb. City
2000: Henrik Frost, Østerbro
1999: Bjarne Johansen, Viby O.
1998: Erling Søndergaard, Bellinge
1997: Susanne Christiansen

Årets udøver:

2001: Min-Ho Ahn, Ålborg
2000: Zakaria Asidah, Rødovre
1999: Muhammed Dahmani, Holbæk
1998: Hanne Poulsen, Rødovre
1997: Philip Reyes, Rødovre

Og til klubberne i DTaF: HUSK at I kan være med til at indstille kandidater.

Gitte Gregersen
Redaktør

Taekwondo i Paris

"Åh nej, nu ikke hende igen!" er der sikkert nogen der tænker, men det er altså jeres egen skyld. Hvis I ikke gider at læse det jeg skriver, må I jo sende noget bedre ind til Forbundsbladet! Nå men jeg har lovet at fortælle lidt om, hvordan det er at træne Taekwondo i Paris.

For det første er al sport lig med forretning. Det betyder, at det koster lige så meget at træne Taekwondo som at gå i fitness-center. Underviserne er professionelle - her er det så absolut muligt at leve af Taekwondo!!!

For mig ville det være temmelig dyrt at skulle betale de 450 Euro, det koster pr. semester, men heldigvis kendte jeg de to instruktører: Janaina Lemoine, der har trænet og undervist i Rødovre et års tid og både har været fransk mester i kamp og europamester i teknik, og Jesse Van Thynen, begge to 3. dan. Jeg skulle ikke betale for at være medlem, jeg kan komme og træne så meget jeg vil - især sætter jeg stor pris på at kunne komme midt på dagen og træne selv, da al undervisning foregår om aftenen. Lige bortset fra onsdag, for der har alle skolebørn fri og går til sport i stedet for.

Jeg hjælper til med børnetræningen og var lige ved at dø, da jeg første gang stod med 15 børn fra 3-6 år og skulle undervise på fransk. Det andet børnehold er fra 7-14 år og er meget nemmere at få til at høre efter. Et par gange har jeg også prøvet at undervise de voksne.

I klubben er der noget med 140 medlemmer, de eneste sortbælter er instruktørerne, en poombælte og så mig. Så på den måde bliver man hurtigt lidt af en stjerne. I Frankrig lægger man også stor vægt på titler, så da jeg blev præsenteret for medlemmerne, var det ikke: "Her er Nicole, hun er kommet fra Danmark." Næh, det var: "Her er Nicole, hun har 3. dan, er på det danske tekniklandshold, er vice-europ-

amester i teknik". Ikke lige netop den måde, man ville gøre sin entre på i Danmark.

Medlemmerne i klubben har taget rigtig godt imod mig. Og efterhånden har jeg fået en hel del venner. Vi tager ud at spise sammen, og søndag før jul var vi i Disneyland.

Eleverne har også været til deres første teknikstævne, mens jeg var dernede. Stævnet startede fint med at alle deltagerne blev samlet og fik forklaret reglerne, samt tidsplanen. Det var et kval. stævne til de franske mesterskaber, så Jesse deltog samt 8 elever. Manden der havde budt velkommen sluttede af med at

elev, at være eneste rødbælte mod kun sortbælter i semifinalen - det var flot. Jesse blev nr. 2 i den gruppe og har nu virkelig fået blod på tanden til de franske mesterskaber i januar. Han og jeg træner teknik sammen 2 gange om ugen, og jeg prøver at rette ham uden at ødelægge den franske stil - for hvis man gør som landsholdet, så taber man, også hvis de netop lige har lavet ting om. Så det er en lidt svær opgave, men meget spændende.

Hvis jeg ellers skal sige lidt om niveauet, så blev lillebror noget skuffet, da han besøgte mig med resten af familien og trænede med. De fleste af dem har trænet max. 2 år og i forhold til det er de gode, men skulle ikke have den bæltefarve de bærer rundt på.

De skal have graduering her i starten af januar, og det jeg er lidt spændt på at se hvordan det foregår.

Selve træningen bærer præg af, at salen er temmelig lille. Der står en 30 mand fra hvidt til sort bælte, og så er det svært at nuancere træningen.

Jeg er nu mest tilfreds med, at de ikke vil lave om på min "danske-stil" og ofte bliver jeg spurgt om min mening. Det er også derfor jeg træ-

ner i denne klub, der ellers ligger næsten 1 times transport fra mig, men tænk hvis jeg endte i en kampklub.... (no offence, men kampklubberne hernede er meget ensidige, og jeg holder af at træne lidt af det hele).

Klubben er i virkeligheden et "temple of martial arts" med 12-15 forskellige kampkunster og 4 dojangs, så der er altid noget at kigge på. Det ligger i 15. arrondissement tæt på Eiffeltårnet. Det har altså lidt sin charme, at tage til træning og så lige køre forbi "la Tour Eiffel".

Jeg håber at I fik et lille indtryk af, hvordan mit taekwondo-liv er hernede. Det der har overrasket mig mest er hvor mange voksne, her er. Især når man nu tænker på, at jeg lige



Nicole Linde Jensen, her sammen med hendes mix-par partner Peter Rothgardt v. Master Poomse Cup i Holland i april 2002

fortælle "at Frankrig bliver anset for at være de bedste i verden i teknik" (det er da også kun franskmændene, der kan sige det). Jeg skulle lige til at grine højt, men jeg nåede at holde mig for munden, dog trillede tårerne ned af mine kinder. Frankrig verdens bedste!!!!!!

Lad mig lige her understrege at ved EM 2001 i Tyskland var det Tyskland, Danmark, Spanien og Tyrkiet der vandt det hele - ikke Frankrig.

Resten af stævnet gik godt. Eleverne fik deres debut overstået. De har 4 runder hernede, alle går 2 runder, halvdelen er videre til semifinalen og 3 går i finalen. Det er alle bæltefarver mod alle, i de "gamle" aldersgrupper: 14-17, 18-30, 31-40 og +40. Alligevel klarede den dygtigste

Taekwondo i Paris - fortsat

har efterlyst flere voksne i dansk taekwondo. Pudsigt virker det som om, at når det er så dyrt at træne, bliver det eftertragtet!!!! Jeg forstår det ikke, men på den måde har jeg fået mange jævnaldrene venner, sådan +/- 8 år.

Hvis der ikke ligefrem bliver sendt klagebreve ind til redaktøren, vil jeg nok skrive en sidste artikel om graduering og de franske mesterskaber. Så nu er I advaret!!!!!!

Nicole Linde Jensen
Svendborg Taekwondo Klub



Nicole (i front) i synkron v. Danish Open i 2001

Legat til Katrine Torbensen

For 27 år i træk blev der i efteråret 2002 uddelt penge-gaver til dansk idræt fra SE og HØRS Gunnar Nu Fond.

Det var 10. gang i fondens historie, at det blev uden legendariske Gunnar Nu Hansen, der i oktober ville have været fyldt 97 år.

Foreninger, ledere og aktive idrætsfolk fra hele landet fik tilsammen ca. 400.000 kr. ved en storstilet fest på Aller Press i Valby, hvor videnskabsminister Helge Sander holdt festtalen.

Det var endnu engang den populære fodboldstjerne gennem en årrække i 1960'erne, Harald Nielsen, som Gunnar Nu satte meget stor pris på, der stod for uddelingen og hyldesten af sportens folk.

Blandt de mange sportsfolk der var repræsenteret, var Taekwondo-pigen Katrine Torbensen (Roskilde Taekwondo Klub). Hun blev præmieret med et legat på kr. 25.097 og med følgende begrundelse:

22 årige Katrine har trænet Taekwondo i 12 år og kom på det danske landshold allerede i 1992. Hun læser til pædagog men arbejder også i en butik for at tjene penge, så hun kan deltage i så mange stævner som muligt.

Hun vandt europamesterskabet i



Alle pristagerne: Katrine sidder på foreste række som nr. 3 fra højre

1996 og har gennem årene opnået mange flotte resultater. Her kan bl.a. nævnes flere nordiske mesterskaber, åbne hollandske og belgiske mesterskaber, Scandinavien Open og mange mange flere.

Vi er glade for at kunne give Katrine et legat fra Gunnar NU Fonden, så Katrine kan deltage i endnu flere stævner end tidligere. Tillykke.

Blandt de øvrige sportsudøvere der

blev præmieret var bl.a. kuglestøderen Joachim B. Olsen, som blev kåret som årets sportsprofil. Det var 10. gang at denne pris blev uddelt.

Gitte Gregersen

Nike dobog

SORTE BÆLTER

Med dansk og koreansk skrift
Vi oversætter gerne.
4, 5 eller 6 cm bredt
3-4 ugers leveringstid

1 snip koreansk	645,00
2 snipper koreansk	795,00
2xkor + 1xdk	845,00
2xkor + 2xdk	895,00
1xkor + 1xdk	695,00
1xkor + 1xdk	745,00



A. UNIFORM

Ribbet med hvid eller sort krave.
Dobog til dig der ikke vil gå på kompromis.
65% polyester 35% bomuld. Strygefri.
Størrelser: hvid krave 120-200 cm – sort krave 160-200 cm

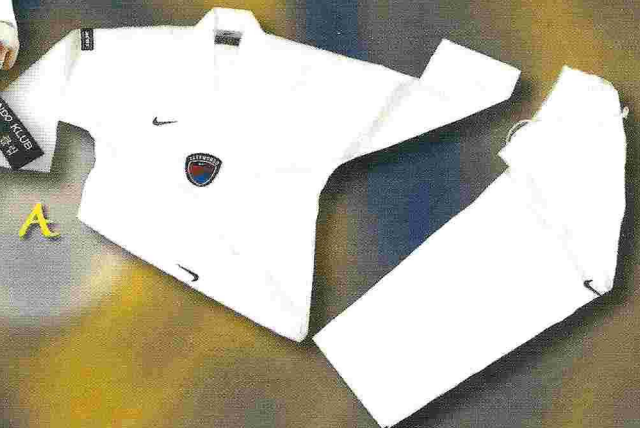
Normalpris 795,00 – **INTROPRIS 695,00**

B. MASTER UNIFORM

Diamantmønster med sort krave.
Dobog for den kvalitetsbevidste kender, som ønsker
at føle sig ubeskriveligt godt tilpas.
75% polyester 25% bomuld. Strygefri.
Størrelser: sort krave 160-200 cm

Normalpris 1095,00 – **INTROPRIS 995,00**

Begge modeller er i rent og eksklusivt design
uden tekst eller tryk på ryggen.



KWON 
TOUCH THE SPIRIT

Munkholmvej 56, Rye
4060 Kirke Såby

Ordretelfonen er åben fra

Mandag - fredag 15.00 - 20.00

Lørdag - søndag 10.00 - 15.00

Bestil gratis kataloger
på mail eller telefon

T 46 73 43 20

M 21 62 56 60

kwon@mail.dk

www.kwon.com

Arbejdsfordeling i EIU

EIU-Formand Per Holdt Madsen:

Sidder i HB. Sidder i styregruppen sammen med Team Danmark repræsentant og kamplandsholdstræner. Er ansvarlig for kamplandsholdet samt international kontakt.

EIU-bestyrelsesmedlem Jørn Kempel:

Er ansvarlig for Juniorlandshold i kamp samt talentudvikling indenfor kamp og teknik.

EIU-bestyrelsesmedlem Lars Gregersen:

Er ansvarlig for booking af rejser indenfor DTaF. Ansvarlig for Tekniklands-holdet.

Lars Gregersen
Eliteidrætsudvalget

Trænings-ideer

Par-øvelser:

Stilleleg

Går ud på at man sidder stille overfor hinanden i skrædderstilling og kigger hinanden dybt i øjnene. Man må overhovedet ikke bevæge sig. Nu gælder det om at sidde stille længst tid uden at begynde at grine eller bevæge sig. Den første der gør det har tabt.

Man kan evt. sige at eleverne skal holde hinanden i hånden. Dette giver en anden dimension i legen.

Snik og Snak

Deltagerne er parvis sammen. Den ene hedder "Snik" og den anden hedder "Snak". Instruktøren styrer begivenhederne ved eksempelvis at råbe "Snik under Snak". Dette er beskeden til at "Snak" danner en bro (for eksempel ved at sprede benene), som "Snik" skal kravle igennem. Man kan bruge alt muligt: Rundt om, over, klap i numsen, klap i hinandens hænder, sparke, slå m.m.

Løb, hop og stafet:

Alle bestemmer

Ved denne øvelse står alle eleverne i en rundkreds. Eleverne skiftes til at lave en øvelse, som man så kobler på en serie af handlinger. F.eks.

høje knæløftninger

høje knæløftninger, sprællemandshop

høje knæløftninger, sprællemandshop, spark bagi

høje knæløftninger, sprællemandshop, spark bagi, skihop

o.s.v.

Stolestafet

Eleverne inddeles i grupper, med ca. 4 personer på hver. Hvert hold får 3 stole. Nu gælder det om at alle 4 skal op på de 3 stole og prøve at komme fremad uden at røre gulvet. Hvis en elev falder ned kan man f.eks. sige at gruppen ikke må røre sig i 10 sekunder. Længden af løbet kan varieres fra 6 til 25 meter. Husk at det skal være stabile stole.

Avisstafet

Hvis man har nogle aviser kan man lave nogle sjove variationer på stafet-princippet:

- alm. stafet, hvor man afleverer avisen til den næste

- man skal løbe med avisen mellem benene

- alle får 2 aviser. nu skal man ned til den anden ende af salen uden at røre gulvet, d.v.s. ved at træde på aviserne

Dangraduering

1. poom

Kristoffer H. Milling	Næstved
Mads Johansen	Næstved
Daniel Kiss	Flensborg
Adem Ipekli	Flensborg
Amir Khalegi	Brande
Sebastian Knutzen	Hinnerup
Tais Zarp	Hvalsø
Nicolai Andersen	Skanderborg
Mathias Børlum	Skanderborg
Neel Frederiksen	Varde
Mikkel Lauridsen	Fredericia
Patric Andersen	Helsingø
Theo Andersen	Helsingø
Tais Jensen	Helsingø
Brian Petersen	Ringsted
Samra Skrijelj	Slagelse
Nermin Öztürk	Brøndby S.
Samir Skrijelj	Slagelse
Emrah Sahin	Slagelse
Jacob O. Larsen	Esbjerg
Camilla Jacobsen	Nørrebro
Ivan Bogavac	Gladsaxe

1. dan

Thomas J. Hansen	Køge
Rene E. Jensen	Holbæk
Ole Tikøb	Odder
Julius C. Andersen	Solrød
Torben Hansen	Flensborg
Rene Rold	Flensborg
Kevin Nielsen	Brande
Kenneth Pedersen	Munkebo
Michael Riesgaard	Munkebo
Mark B. Jensen	Olympic
Cecilie Jensen	Olympic
Khiem Dinh Huynh	Olympic
Kenneth Christensen	Varde
Kim Sang Ho Beck	Varde
Jacob Herschend	Helsingø
Kit Clausen	Ringsted
Jesper Olsen	Rønne
Lis Borring	Rønne
Kenneth Berg	Esbjerg
Thaer Raid	Frederiksbund
Hülya Öztürk	Brøndby S.
Erik Thorndahl	Ikast

2. dan

Martin Hamborg	Horsens
Lars Klinge	Skive
Marco From	Brande
Marcel Stenvang	Olympic
Lam Thanh Huynh	Olympic
Lars Ramsing	Skanderborg
Christian Rozet	Århus
Kim Frederiksen	Varde
Bo Frederiksen	Varde
Jacob Haak	Ringsted

3. dan

Ole Stein	Nyk. Mors
Anders Østergaard	Olympic
Dennis Christensen	Esbjerg
Jesper Christensen	Esbjerg

fortsættes på side 17

På Den Igen

JA. På den igen.....

Hvis ikke på dybt vand, så på slap line.....

Først vil jeg gerne, for egen regning, svare på dit spørgsmål Gitte (Gregersen), hvor du spørger, i forbindelse med foreningslederseminaret "hvor f... blev I af?????". Ja, jeg tror at dem der skulle sørge for at det kom ud i klubberne rundt omkring, har siddet på deres flade r... og været ligeglade, for der er alt for mange dovne ledere i DTaF, ingen nævnt - ingen glemte, desværre!!

Så vil jeg lige tage fat i artiklen om Foreningslederseminaret, for det lyder jo super godt!! Det må jeg sige. Hvis alle disse fantastiske ideer/initiativer ser dagens lys, så er jeg da en lykkelig mand!

Personligt genkender jeg nogle ting, som jeg selv og andre, har skrevet før, i selvsamme blad, med adresse til de personer, som nu skal skabe liv bag disse konstruktive ideer! Jeg kan læse mig til, i Forbundsbladet, at Gruppe 1 (G1) har skulle tale om ledelse og demokrati..... "Fællesskabet i DTaF skal styrkes, og her tænkes både på klubberne, og interesseforeningerne. Hovedbestyrelsen skal forsøge....." o.s.v. o.s.v. o.s.v. Hvor har det lige jeg har hørt det henne før??

JO, foresten...: Forbundsblad nr. 4/2000, artikel af Thomas Filyo "Et splittet forbund". Thomas skriver om problemet han ser med Choi/Ko - dannelser og om at holde fast ved det væsentlige i Taekwondo. Samme blad, samme side "Nyt Taekwondo Forbund ser dagens lys" af Ole Havmøller. Ole skriver også en artikel om at vi skal videre i DTaF "efter al den mistillid der er kommet frem i dagens lys" og Ole stifter foreningen DSTFFSLL (Dansk Seriøst Taekwondo Forbund for Folk med Selvironi og uden Lig i Lasten).

Næste Forbundsblad..... Artikel om Stormester/værdi-udvalg. Hvad har vi konkret hørt fra dem, udover en artikel i Forbundsblad nr. 1/2001, hvor et tilsyneladende anonymt medlem af udvalget, glæder sig til at komme i gang????

Jeg springer til Forbundsblad nr. 4/5-2001, "Et splittet forbund", skrevet af undertegnede. Jeg skrev den fordi jeg manglede sammenhold i DTaF. Jeg følte at der var ved

at blive en for stor opdeling Interesseforeningerne imellem og søgte en løsning, også hvad angår dangradueringerne.

Forbundsblad nr. 1/2002, Carsten Andre Pedersen skriver om problematikken med 3. dan = gradueringsret, en artikel der er gentaget i Forbundsblad nr. 4/2002 af Henrik Frost. Disse vil jeg komme ind på senere hen.

Efter at have pointeret at G1s ideer er hørt før flere gange, bare de sidste par år, springer jeg let og elegant til Gruppe 2 (G2) der har snakket om "udvikling, organisation og uddannelse". Igen har jeg fornem-

god ide, når man tænker på, at fremmødet til seminaret var så lavt.... Skyldes hvad det skyldes vil.

Gruppe 4 (G4). Jeg tror næppe at der var nogen fra DTDT (DTaFs opvisningshold) repræsenteret i denne gruppe, ej heller nogen fra forbundets økonomiske afdeling..... "kunne trække på opvisningsholdet, eller dele deraf". G4 mener altså at forbundet skal poste penge i lokale opvisningshold, SAMTIDIG med at de skal sende deres "eget" opvisningshold ud, så tæt på gratis som muligt?? Jeg er selv udtaget til DTDT og har da ikke i sinde at hive flere dage ud af min kalender til tilfældige



Fra Foreningslederseminaret d. 29. sept. 2002

melsen af et svagt ekko fra min bunke af ældre Taekwondo-blade.... G2 synes at dommerne skal være bedre - de skal efteruddannes. Vi skal samle vores dangraduering, Interesseforeningerne skal lære at se ud over deres egen næse..... EKKO, EKKO, ekko.....

Forbundsblad nr. 3/2000 "Dommerkurser", Forbundsblad nr. 1/2001 "Fra 8,6 - er der mere?", Forbundsblad nr. 1/2002 "Udvikling af teknikkommere". Alle 3 indlæg skrevet af undertegnede. Alle handler de om dommernes udvikling og ikke mindst efteruddannelse... Jeg synes dog allerede udviklingen er i gang, men lad os da bare få noget efteruddannelse!!!

Hurtigt forbi Gruppe 3 der snakkede om at klubberne skal have bedre/mere information. Det er sikkert en

klubarrangementer rundt om i landet. Ja, undskyld mig, men jeg tror at forbundets økonomi siger enten/eller. Man kan ikke få i både pose og sæk. I forvejen eksisterer DTDT på et minimum. Det vil da helt forsvinde hvis klubbernes egne opvisningshold også skal støttes med midler/ressourcer fra forbundet!!!! Den ide var, hvis jeg da har opfattet den korrekt, hverken den skarpeste kniv i skuffen, eller det hurtigste dyr i skoven, så at sige.....!

Men hvorfor nu denne oprensning af gamle artikler i gamle forbundsblade? JO, kære venner, vi har hørt på disse ideer i flere år i træk nu, men hvad er der egentlig sket? Ikke en hujende f.! Jeg tror helt ærligt ikke på noget af det jeg har kunnet læse i forbundsbladet, før jeg ser det i aktion/praksis. Måske var det bare dette seminar der skulle til,

På Den Igen

før man vælger at lytte til medlemmerne?? I så fald glæder jeg mig meget!!!!

Tilbage til artiklerne fra sabum nim Carsten André Pedersen og Henrik Frost, der umiddelbart er enige i, at der skal mere end bare 3. dan, til at erhverve sig gradueringsret. I må have mig undskyldt igen, når jeg siger; "Hvor bliver denne debat interessant for andre end sabum nim 'er og nye/kommende 3. dan `er??" Måske det var noget der skulle debateres på et gradueringsseminar, hvor DTaF's gradueringsberettigede blev inviteret?? Vi andre har jo lidt svært ved, for alvor, at tage del i denne debat, der ikke ligefrem appelerer til det bredere publikum!!!! Der har før været gradueringsseminarer i DTaF, måske dette skulle være en opfordring til et nyt, hvor sabum nim `er m.fl., for dem det er

relevant, kunne mødes og lægge en linie for den slags. Jeg oplever ikke Forbundsbladet som det rette medie /forum, at tage denne debat - med al respekt!

Jeg vil slutte af med at ønske hovedbestyrelsen m.fl. rigtig god arbejdslyst med alle ideerne fra seminaret. Nu vil vi sgu godt snart se nogle resultater, det kan ikke blive med at være snak det hele!

Også en opfordring til CV, Sim Uu og de "fraktionsløse" klubber om, at ønske samarbejdet velkommen!

På egne vegne

Christian Flindt Andersen
Fraktionsløs

PS
Igen skal det siges, at jeg absolut ikke har villet støde nogen med denne artikel. Blot kommentere og tilkendegive min holdning.

Dangraduering fortsat

4. dan

Thomas Pedersen	Brande
Henrik Grum	Brøndby S.

5. dan

Peter S. Johansen	Skive
-------------------	-------

Kritik til kritikken!

Egentlig skulle jeg blot kommentere Christian Flindts (CF) kommentar til min artikel "Graduering - en kunst i sig selv", men efter at have læst hele hans artikel, kunne jeg ikke lade være med også at knytte et par kommentarer til CFs kritik af Gitte Gregersens artikel om Foreningslederseminaret. Ja, for at bruge CFs eget sprog, så gav det næsten ekko i hele min lejlighed, når jeg efterfølgende sagde "brok, brok, brok"!

Brok er godt, men konstruktiv kritik er bedre! Jeg ser dog ikke meget konstruktivt i CFs indlæg. Jeg ved godt, at CF med sin artikel blot forsøger at provokere de rette steder, noget jeg selv har yndet at gøre i et par af mine artikler gennem årene. Men når man brokker sig og fremhæver en masse negativt, så mener jeg også, at man til en vis grad bør være en smule visionær og bidrage med løsningsmodeller, eller endnu bedre, selv deltage aktivt i arbejdet for at forbedre tingene.

Jeg mener dog også, at CF har misforstået en del af det indlæg, som Gitte Gregersen skrev om Foreningslederseminaret, og da jeg selv var til stede på seminaret, vil jeg forsøge at kommentere nogle af disse "misforståelser".

Vedr. CFs syn på en mulig grund til det lave fremmøde på seminaret,

der efter hans mening bygger på alt for mange dovne ledere i DTaF, samt dårlig information fra forbundets side, så må hans syn på dette

fra min formand, der havde fået den med forbundsposten, lige som jeg flere gange, deriblandt via info-service, blev mindet om afholdelsen af



Dangraduering i DTaF i julen 2002

skyldes en dårlig informationsgang i hans egen klub, lige som han formentlig ikke er tilmeldt forbundets info-service via mail. Jeg fik selv indbydelsen til seminaret på skrift

seminaret. Hvad mere kan man egentlig forvente?

Omkring CFs kommentarer til artiklen om foreningsledersemi-

Kritik til kritikken!

net, så virker det gennem hele hans kritiske indlæg, som om han ikke har forstået, at omtalte seminar var et visionsseminar, og at de deltagende forbundsmedlemmer, der var inddelt tilfældigt i grupper med forudbestemte hovedpunkter, blot gav deres bud på deres visioner for forbundet. Det er muligt, at disse visioner er blevet nævnt før, men det gør dem ikke til dårlige visioner af den grund.

At mange af disse visioner/ideer er blevet hørt før, konkluderer CF med, at lederne i vores forbund, jeg citerer: " Ikke har bedrevet en hujende f..!"

Hvor var CF, da de omtalte dovne ledere til sidste repræsentantskabsmøde fremlagde (det kunne også

tørerne/udøverne i klubberne. Vel er der ikke tidligere afsat mange penge af til DTDT, men oplægget var igen visioner! CF skrev, at det vist var tydeligt, at ingen fra DTDT var med i denne gruppe. Til CFs nok store overraskelse, kan jeg oplyse, at jeg selv var med i denne gruppe. Til jer, der ikke ved det, så er jeg leder af DTDT, og jeg synes, at visionerne var meget positive og spændende.

Idet CF bruger en masse energi på at kritisere forbundets leders dovenskab, kunne man tro, at han selv var indstillet på at yde en indsats for forbundets ve og vel, men til min store skuffelse kunne jeg i hans artikel læse, jeg citerer; " Jeg er selv udtaget til DTDT og har da ikke i

tiltag for at samle forbundet yderligere, men hvis der ikke er en egentlig interesse i Interesseforeningerne i at samarbejde mere, end det er tilfældet nu, så er det vel meget svært for forbundets ledere at samle "fløjene" yderligere?? Og hvorfor bruge en masse kræfter på at samle gradueringerne igen, hvis hovedparten af Interesseforeningerne er tilfredse med gradueringerne, som de er nu?

Og nu hastigt videre til CFs udmelding om, at der i Forbundsbladet ikke bør være artikler der omhandler gradueringsret og gradueringer i det hele taget. Modsat mener jeg i høj grad, at denne debat bør være interessant for andre end sabeum nim`er og kommende 3. danner, og jeg mener også, at denne form for artikler appellerer til et lige så bredt publikum, som så mange andre artikler i Forbundsbladet, hvorfor jeg i høj grad også mener, at Forbundsbladet kan være det rette forum at tage en sådan debat.

Begrebet "graduering" er noget, der vedrører alle Taekwondo-udøvere på en eller anden måde, og måden vi afvikler vores gradueringer på, har stor betydning for den enkelte udøvers Taekwondo-opdragelse, tekniske niveau og udvikling. Derfor tror jeg også, at mange vil synes, at det er interessant at læse om, hvordan andre klubber graduerer m.m. Jeg kan ikke se, hvorfor kup-bærere, 1. og

2. danner ikke må være vidner til - eller selv deltage i en sådan debat. Så længe det stadig er de gradueringsberettigede, der i sidste instans bestemmer, hvordan en graduering skal gennemføres.

At emnet også burde appellere til et bredere publikum end CF mener, begrundes jeg med, at man som 1. dan`er kan få dispensation til at graduere til og med 5. kup. Derudover er utrolig mange danbærere også instruktører, hvorfor de nok også deltager i gradueringerne i klubberne på et eller andet plan? Og hvis et emne, der sigter på samtlige danbærere i hele Danmark, ikke er et stort nok publikum, så ved jeg ikke hvad er? Hvor mange af bladets læsere læser i grunden de mange artikler om div. kamp- og teknik-



De glade danbærere fra Dangradueringen dec. 2001 i Risskov

læses på skrift, som var udsendt til klubberne) det arbejde, der var blevet lavet i den forgangne sæson? Jeg synes, at der var blevet lavet et flot stykke arbejde! Ingen yderligere kommentarer!

Den største overraskelse var nok, da jeg læste CFs kommentar til seminarrets gruppe 4, hvor visionerne var, at forbundets klubbers "opvisningshold" skulle styrkes for derved at tiltrække nye medlemmer, frem for at bruge alle kræfter på at få 2 minutter af et kampstævne på en af de landsdækkende medier. Visionerne var bl.a. at man via midler fra forbundet skulle sende et par af udøvere fra DTDT (forbundets nationale opvisningshold) ud til de pågældende klubber, for ved hjælp af deres erfaring at inspirere instruk-

sinde at hive indtil flere dage ud af min kalender til tilfældige klubarrangementer rundt omkring i landet". I hele år 2002 har DTDT kun givet en enkelt opvisning, så hvis CF ikke vil lægge flere kræfter i DTDTs opgaver, så giver det måske et hint om, hvor mange kræfter CF selv er indstillet på at bidrage med i forbundets navn? Men om vi snakker om "knive i skuffen eller dyr i skoven", er jeg ret overbevist om, at CF har misforstået budskabet/visionerne fra Gruppe 4.

CF nævnte selv, at han tidligere har skrevet en artikel "Et splittet forbund" fordi han savnede sammenhold i DTaF, specielt hvad angår opdelingen Interesseforeningerne imellem samt de fælles dangradueringer. Jeg ved at der er blevet gjort mange

Kritik til kritikken!



Henrik Frost

stævner. Jeg tror ikke, at det er så mange igen, men jeg mener ikke af den grund at de skal udelades. Måske blot forkortes!

CF foreslår at man i stedet inviterer de gradueringsberettigede til et gradueringsseminar, og her debatterer emnet. Det er rigtig nok blevet gjort tidligere, og jeg har selv været med til flere af dem i sin tid. Selv om jeg giver CF ret i, at et sådant forum ville være meget spændende, så mener jeg satdig ikke, at det bør være det eneste forum. Fra tidligere seminarer ved jeg, at der også her var store problemer med at få folk

ud af hullerne, og de der mødte op, endte ofte med at sidde og småskændes om, hvilke krav, der burde være og ikke være. Vores Interesseforeningers særskilte dangradueringer er i dag nok tydelige eksempler på, at man ikke er helt enige!

Jeg vil stadig opfordre til, at andre følger op med indslag om, hvordan man i deres klub afvikler gradueringer. Jeg mener, at om ikke alle, så at mange af læserne vil kunne blive inspireret hjemme i klubberne. Måske vil nogen af dem, der ikke har kigget udad i meget lang tid, blive inspireret til at lave nogle ændringer i den måde, de har gradueret på de sidste 20 år. Måske vil de blot blive styrket i troen på, at deres "gamle" måde er den korrekte.

Jeg kan som eksempel nævne, at jeg er blevet kontaktet af en sabeum nim fra en anden klub, som efter at have læst min artikel, har spurgt, om han måtte overvære min klubs næste graduering, idet han gerne ville se noget af det beskrevne i praksis, og evt. selv bruge "metoden" i egne gradueringer. Så jo mere inspiration fra andre gradueringsberettigede, jo bedre!

Jeg vil til slut opfordre jer alle, og specielt de højtgraduerede danbærere, rundt omkring i landet, til at bidrage med nogle flere Taekwondo-relevante artikler. Også selv om der

er risiko for, at indholdet ikke henvender sig til alle bladets læsere. Forbundets medlemmer tæller ca. 2/3 børn, men af den grund er bladet jo ikke fyldt med 2/3 tegneserier og tegninger.

Bladets artikler har førhen ofte været præget af politisk indhold, hvilket der vist nok var mange, der udtrykte, at de slet ikke interesserede sig for (apopos bredt publikum).

Der sidder dog så mange erfarne instruktører og udøvere "derude", som kunne bidrage med en masse viden og inspiration om Taekwondofilosofi og træningsmetoder. Og jeg ved at forbundsredaktøren ville være mere end begejstret for at få nogle flere indslag. Så kom ud af hullerne og del ud af Jeres viden om det, det hele drejer sig om - TAEKWONDO.

Henrik Frost
Sabeum nim
Østerbro Taekwondo Klub



Dine præstationer er en præmie værd

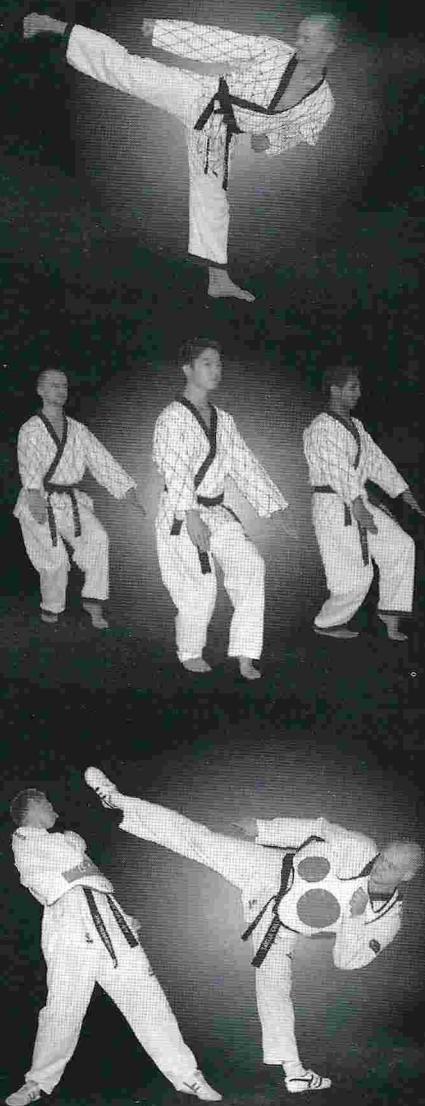
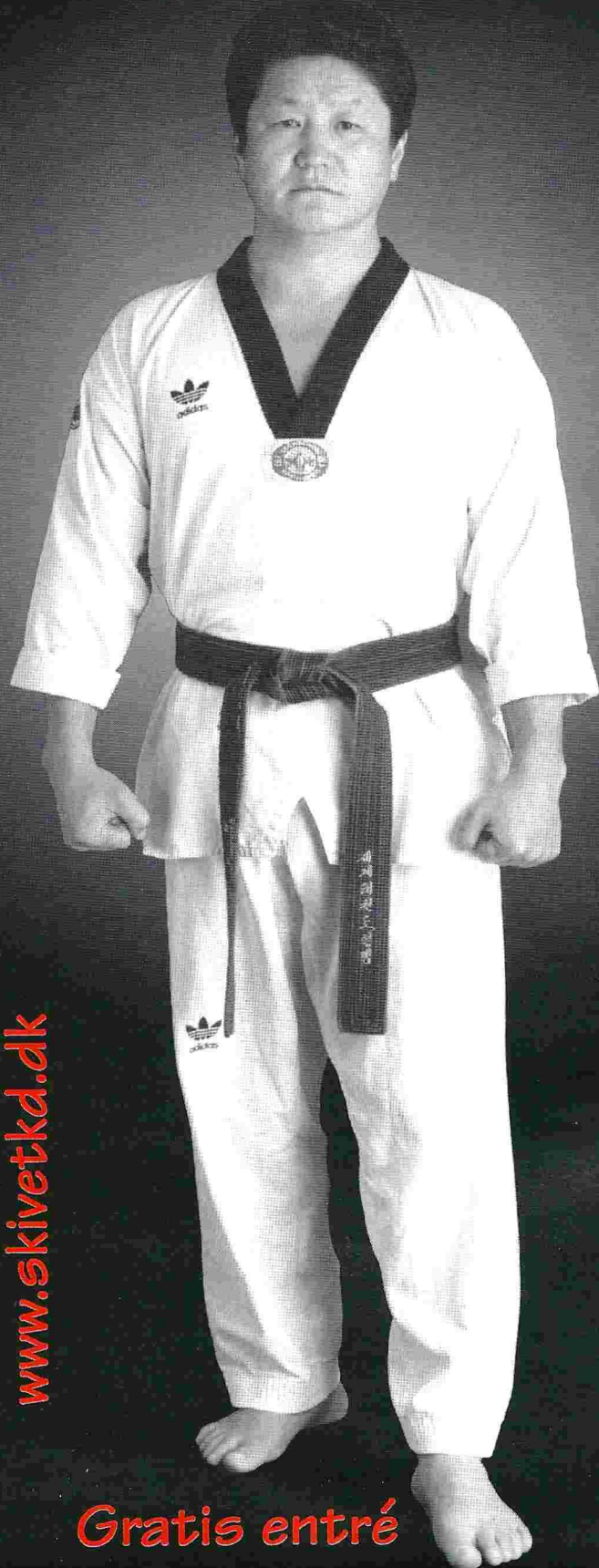
**Pokaler Krus Medaljer Klubemblemer Stofmærker
Statuetter Reklamegaver Fade Graveringer og
meget mere**

**Ring og få oplyst nærmeste forhandler
Tlf.: 70 27 41 11 Fax: 70 27 41 10**

**JYDSK EMBLEM FABRIK A/S
Sofienlystvej 9 8340 Malling Århus Syd
www.jydskemblem.dk**

Skive Taekwondo klub afholder:

Choi's Tournament '03



Lørdag og søndag
d. 3 og 4. maj 2003
I Resenhallen, Skive

www.skivetkd.dk

Gratis entré

Sommerlejr 2003

Den officielle Taekwondo Sommerlejr - Årets Taekwondo begivenhed.

I år er Esbjerg City Taekwondo Klub arrangør af årets største danske Taekwondo begivenhed; DTaFs officielle Taekwondo sommerlejr. I den forbindelse har undertegnede snakket med koordinatoren for Esbjerg City TKD Klubs sommerlejr-udvalg, klubbens formand Alex Jensen (AJ). Så her får I lige den aktuelle status på forberedelserne.

opfordret Sim Uu til at søge den officielle sommerlejr næste år, med det formål at samle alle udøverne på den samme lejr.

GG: Hvornår skal lejren afvikles?

AJ: Den afvikles som sædvanligt i uge 28, eller mere præcist den 5. juli 2003, kl. 12:00 til fredag den 11. juli 2003, kl. 12:00.

GG: Hvor skal sommerlejren ligge henne?

AJ: Efter mange overvejelser har vi valgt at placere lejren i Helle Hallerne, hvor Esbjerg TKD Klub tidligere har afviklet en stor og velfungerende sommerlejr. Helle Hallerne ligger midt mellem Esbjerg og Grindsted. Her



Erling Søndergaard, Bellinge i aktion på en sommerlejr

GG: Hvorfor ville I gerne arrangere sommerlejr i 2003?

AJ: City har haft god succes med at arrangere DM i kamp de sidste 2 år og det har givet lidt blod på tanden. Samtidig har nogle af os været med til at lave store sommerlejre tilbage i 70'erne og det ville vi godt prøve igen.

GG: I forlængelse af ønskerne på Foreningslederseminaret i september, hvor klubberne ønskede en fælles sommerlejr i stedet for to konkurrerende lejre, hvad er der så sket?

AJ: Vi har tilbudt Esbjerg Taekwondo Klub og Sim UU, at vi kunne lave en lejr i tæt og ligeværdigt samarbejde. Af forskellige årsager kunne det desværre ikke lade sig gøre. Men vi har

har vi optimale fysiske rammer. Vi råder over 3 store haller samt en gymnastiksal. Herudover er der gode fællesarealer, campingområde, en lækker svømmehal, minigolfbane, petanquebane, cafeteria m.m.

GG: Har I fået fat i nogen gode og spændende instruktører?

AJ: Vi har spurgt os lidt for og alt tyder på, at det er lykkedes os at sammensætte det stærkeste instruktør-team nogen sinde i Danmark. Vi har lagt vægt på, at der blev et bredt spekter både af danske instruktører og internationale instruktører. Der skulle også være noget "gammelt og noget nyt". Det var afgørende at både den traditionelle poomse- og kamp-side var godt dækket ind. Endelig har vi samlet

nogle af Danmarks bedste børneinstruktører, som skal stå for børnelejren. Med ikke mindre end to 9. daner, vores egen Choi Kyoung An og Jin-Oh Ra fra Tyskland. Derudover har vi endnu engang fornøjelsen at kunne præsentere; Cho Woon Sup, 8. dan og stifter af TTU (Traditional Taekwondo Union). Endelig har vi også haft held af at kunne præsentere den tidligere koreanske verdensmester og OL-guldvinder Lee Gae Hyeong, som sidste år var træner for det koreanske landshold. Derudover tæller instruktørflokken 3 europamestre i Teknik samt 4 af vores egne landsholdstrænere. Endelig er der hentet 2 amerikanske profiler.

Vi har naturligvis også inviteret Ko Tae Jeong, men han måtte desværre melde fra, da han skulle til Korea i samme periode.

GG: Udover Taekwondo, hvad kan I så tilbyde?

AJ: Naturligvis er Taekwondo det vigtigste på lejren, men samtidig er det vigtigt at der er et rigt tilbud med specielle kurser og aktiviteter som kan binde deltagerne sammen på tværs.

Vi gentager succesen med "International Fight Night" kombineret med Taekwondo-opvisning.

På kursus siden afvikler vi opvisningskursus, massagekursus, dommerkursus, instruktørkursus, nunchagokursus, kommunikationskursus samt et 1. hjælps kursus målrettet Taekwondo instruktører.

På turneringssiden har vi foreløbigt planlagt at afvikle turneringer indenfor fodbold, petanque og minigolf.

Af andre alternative aktiviteter kan nævnes aerobic. Her har vi fornøjelsen af at kunne præsentere endnu en OL-guldvinder, nemlig vores egen Anne-Mette Christensen, som vandt guld i 1988. Hun har siden sit stop i 1990 været aerobic-instruktør. Fra fitnessverdenen har vi også hentet combattræning som garanteret vil passe de fleste taekwondo-udøvere, idet der her slås og sparkes til fede rytmer. Sidst men ikke mindst, så har Adam Adam (kendt fra Cut`n Move) sagt ja til at komme og instruere os i de sidste nye dansetrin. Petanque, minigolf, massage, svømning, legepatruljen, og naturligvis et lege- og videorum for børnene vil også være en del af aktiviteterne. Endelig afvikler vi naturligvis de traditionelle fester; åbningsfesten, børnefesten og afslutningsfes-

Sommerlejr 2003

ten. Har du familie og venner med kan de også deltage i de mange aktiviteter.

GG: I har snakket noget om en anden form for markedsføring. Hvad går det ud på?

AJ: Vi sender de traditionelle foldere ud både her i Danmark og til kontaktpersoner i udlandet i løbet af marts måned. Herudover har vi aftalt med forbundets webmaster, at man som noget helt nyt på www.taekwondo.dk/sommerlejr fra den 15. marts 2003 løbende kan læse mere om lejren. Her kan du se lejrmenuen, oplysninger om de enkelte instruktører, oplysninger om aktiviteter o.s.v.

GG: Hvad koster sommerlejren?

AJ: Til trods for udgifterne til de mange instruktører er det lykkedes os at holde lejrprisen nede på 500 kr. for de 6 døgn. Altså samme pris som sidste år. Bepisningen for 6

dage koster kun 600 kr. når man er under 12 år og 675 når man er fyldt 12 år.

GG: Det lyder spændende. Nu her på falderebet, er der så noget du gerne vil fortælle læserne udover det vi allerede har snakket om?

AJ: Kun at vi har været så heldige, at DTaF, specielt ved næstformand Torben Hansen og landsholdstræner Bjarne Johansen, har hjulpet os utroligt meget. Det har både været med gode råd på instruktørsiden,



Bjarne Sørensen, Århus har undervist meget på sommerlejre

omkring det praktiske og omkring økonomien. Det gør det hele meget nemmere.

Og så lige til sidst. Hvis der er nogen der har forslag til, hvordan vi yderligere kan styrke lejren, så lad os det vide.

Interview foretaget af
Gitte Gregersen

Nordisk Mesterskab i kamp 2003

Med 25 medaljer, hvoraf de 11 var af guld - og med deltagelse af kun 30 kæmpere ud af 64 mulige - slog Danmark endnu engang sit navn fast som et af nordens stærkeste Taekwondo-navne.

Danmark blev 2. mest vindende nation med 102 point. Sverige vandt med 146 point men stillede også med fuld hold, d.v.s. 64 kæmpere.

Danmark satte sig på mesterskaberne i 6 ud af 8 herre senior-klasser, og vi fik endnu engang bekræftet, at vi roligt kan prale med - uden at overdrive - at have herrer-kæmpere på et meget højt niveau.

Blandt de 6 nordiske mestre i herre-rækken var Lars Liebing, Aalborg som vandt sin 1. NM-titel nogensinde. Lars som er i en alder af 28 år, går med overvejelser om at stoppe karrieren som elite-kæmper i løbet af 2003, og man kan da roligt sige, at han med et nordisk mesterskab, kan slutte karrieren med et flot punktum.

Lisa Jensen, Viby Olympic vandt også sin 1. NM-titel nogensinde. Og ovenikøbet her i Sverige i den

selsomme hal som hun havde sin NM-debut i for 5 år siden.

Anders Carlsen, Rødovre fightede sig ikke blot til et nordisk mesterskab men han blev også kåret som bedste fighter i herre-rækken.

Rødovre TKD Klub gjorde det i det hele taget godt i Sverige. Klubben stillede med 5 kæmpere; Zakaria Asidah, Anders Carlsen, Lennart Theilgaard, Philip Reyes og Azam

Nazim, og fik 5 guldmedaljer med hjem. Ikke nogen dårlig præstation.

Danmark blev desuden kåret som den nation ved turneringen, der havde udvist størst support. Og det kan jeg kun nikke genkendende til.

Der var en fantastisk stemning på holdet. Der var ingen brok, beklagelser el. lign. Kun en fantastisk holdånd, der blev givet en utrolig flot støtte til kammeraterne når de



Det danske hold ved NM 2003

Nordisk Mesterskab i kamp 2003

var på banen, og stemningen var meget positiv. Alle på det danske hold tog et ansvar, man hjalp bl.a. de nye der var med for første gang, og alle havde derfor også en del af æren for den succes holdet fik.

Alle kæmperne og officials, hjælpere m.m. var i ens dragter, idet CH Trade havde udlånt et antal af den officielle landsholdsdragt. Men han havde mere end det. Han havde også sponsoreret et eksemplar af den svenske landsholdsdragt. Dragten blev hængt op i bussen allerede lørdag morgen til skræk og advarsel og det blev meddelt at den ville blive givet til den på holdet der havde gjort sig særlig uheldig bemærket i løbet af weekenden.

Da vi alle satte os ind i bussen lørdag aften for at køre hjem til Danmark havde Bjarne og Stig allerede flere nominerede som ejermand af dragten..... men så skete der noget!!!!

Vi havde holdt ind for at spise på Mac Donalds, og ikke engang en halv time senere, kom Jannie Christiansen løbende op til Bjarne og fortalte at hun havde mistet sin pung og at hun var temmelig sikker på at den havde ligget på bakken da hun tømte den ned i en affaldskontainer på Mac. Ergo måtte Bjarne ringe til Mac Donalds og sætte dem ind i situationen. Personalet lovede at gennemrode alt affaldet og sende hendes pung til hende.

Så gik der knap 10 minutter, så kom Jannie farende op til Bjarne igen - hun havde fundet sin pung - men nu kunne Bjarne ikke ringe dem op (de tog i hvertfald ikke telefonen), men de var formentlig også travlt beskæftiget med at gennemgå dagens affald?

Den svenske dragt tilfaldt herefter Jannie!!!!

Gitte Gregersen
Redaktør

Et NM set med unge øjne

Der var en del unge kæmpere med, heriblandt også adskillige int. debutanter. Bl.a. 14 årige Cecilie Jensen fra Viby Olympic. Hun skulle have sit første junior stævne i Sverige. Jeg har efter NM spurgt hende om hun ikke ville skrive lidt om turen, og det er der kommet nedenstående ud af:



De 5 kæmpere fra Rødovre TKD Klub

At være med til et Nordisk Mesterskab for første gang - og så ovenikøbet have min debut som junior - var utrolig spændende.

Vi mødtes i Viby Olympic TKD Klub torsdag aften hvorfra vi skulle med bus til Farum. Der skulle vi overnatte på Farum Kaserne, hvorfra der var afgang meget tidlig fredag morgen. Torsdag aften var der rundvisning for dem, der ikke allerede havde set Team Danmark centret. Alle var meget imponerede. Jeg havde set centret tidligere og synes at det er rigtig godt. Især dojangen.

Tidlig fredag morgen kl. 5.45 sad vi alle i bussen og kørte mod Sverige. Alle faldt i søvn med det samme bussen begyndte at køre og vi sov indtil kl. ca. halv 9. Og så hyggede vi os. Der var backgammon turnering, folk spillede kort og der blev snakket på livet løs under hele turen.

Vi ankom til hotellet ved tre tiden, hvor vi blev inddelt i sovegrupper. Jeg skulle bo sammen med Lisa. Resten af dagen brugte jeg sammen med Lisa og Signe. Vi var ude og kigge lidt på byen og shoppe.

Kl. 18.00 skulle vi vejes og alle var da heldigvis i vægt. Mere eller mindre alle pigerne på holdet tog derefter

ud og spise på restaurant og fik noget dejlig mad. Derefter gik vi hjem på hotellet for at slappe af og sove så vi kunne være klar til kamp dagen.

Stævnet startede kl. 09.00. Jeg havde kamp nr. 15 på bane B (der var 4 baner) som var en junior-bane. Der gik omkring 2 timer inden jeg skulle kæmpe - og 20 minutter inden jeg skulle på banen begyndte jeg at varme lidt op og så blev jeg tjekket af min sekundant Anders. Vi gik på banen og Anders gav mig en masse gode råd. Hende jeg skulle møde var fra Norge. Jeg kæmpede ikke særlig godt - det var faktisk den dårligste kamp jeg nogensinde har kæmpet - de første to runder gik nogenlunde men i sidste runde tænkte jeg mig ikke om og derfor tabte jeg.

Jeg vil godt slutte med at sige at turen var kanongod. Sammenholdet var i top, der var ingen klike-dannelser eller lign., faktisk tog alle godt imod en.

Cecilie B. Jensen
Viby Olympic TKD Klub

Talentudvikling i Teknik - Vest

Nyt fra Talent Vest - udtagelse af ny træner og nyt talenthold.

Stina Brædder stopper som træner. Desværre stoppede Stina Brædder som talenttræner på Vest-holdet efter 1 1/2 års hårdt, intensivt arbejde med at forme talenterne fra Fyn og Jylland. Vi vil komme til at savne hende meget for hendes kunnen og erfaring og måden hun kunne give sin viden videre på, da hun som bekendt var en super god instruktør og meget vellidt. Stina var på landsholdet dengang det hele startede i 1994, og har været blandt toppen i Europa i flere år, hvilket har givet hende en masse, som hun har delt ud af på blandt andet talentsamlingerne. En stor tak til Stinna.

Ny talenttræner.

Efter at Stina gik af som træner skulle der findes en afløser for hende. Der var flere kompetente trænermuligheder, men valget faldt på Peter Rothgardt, som også er aktiv på landsholdet. Så i fremtiden er det Preben Ernst og Peter Rothgardt der i samarbejde skal sætte deres præg på tekniktalenterne på vest-holdet.

Det nye talenthold.

Efter mange overvejelser er der blevet udtaget et nyt talenthold. Udtagelsen skete ved DM i Teknik. Nogle af dem er gengangere men en del af dem er også nye. Vi har som trænere forsøgt at lægge vægt på en fremtid på det danske tekniklandshold da vi udtog den nye talentstab. Vi har allerede sendt 5 mand videre til landsholdet. Vi glæder os til at forme det nye talenthold og regner med/håber på at de kan gøre sig gældende til stævner i Danmark, så vel som i udlandet. Vi ser frem til et godt samarbejde med talenterne og et åbent sind fra klubberne og de respektive instruktører.

De udvalgte blev:

Maiken Hornbæk Kock	Esbjerg
Gitte R. Clausen	Esbjerg
Nicolai Dittmann	Haderslev
Henriette B. Vandt	Haderslev
Asmus Madsen	Risskov
Van Kien Quach	Risskov
Anne Meyer Knudsen	Risskov
Mathias Børllum	Skanderb.
Sanne Jensen	Skanderb.
Anne Tornhøj	Bellinge



Bjarke F. Larsen, Herning - tidligere talent vest, nu tekniklandshold

Line B. Larsson Bellinge

forfattet af
Preben Ernst og Peter Rothgardt

Talentudvikling i Teknik - Øst

Nyt fra Talent Øst - ved DM i Teknik den 23. nov. 2003 blev forbundets nye talenthold udtaget. Udover nogle nye ansigter blandt de unge talenter, var det også tid til en ansigtsløftning i trænerstaben.

Ny trænerstab.

Oprindeligt var det søskendeparret Randi West Hansen (Ballerup) og Kim Drube (Herlev), der varetog træningen af Talenthold Øst, men da Randi blev Tekniklandsholdets ass. landsholdstræner skulle der findes en ny. Valget faldt - ikke overraskende - på Peter H. Kristensen (Ballerup) som selv har stor succes indenfor de tekniske discipliner.

De to trænere er ikke "hvem som helst". Sammen udgør de 2/3 af Danmarks bedste mandlige synkronhold gennem tiderne. Kim blev udtaget til Tekniklandsholdet allerede som junior i 1995 og har været fast mand siden, mens Peter blev udtaget efter DM i 1996.

Arbejdet med talentudvikling.

Hvad har fået to udøvere, som selv er aktive på landsholdsniveau, til at arbejde med talenter? Kim Drube ønskede, at være med til at påvirke og forme udviklingen, både blandt elite, men i ligeså høj grad bredden indenfor de tekniske discipliner, så for ham var det naturligt at træde til, da han fik tilbudt det.

Peter Kristensen ser det som en stor udfordring, fordi lige præcis på dette niveau kan talenttrænerne være med til at forme de unge. Og med 17 års erfaring i taekwondo-undervisning er han et godt valg. Peter glæder sig også til at skulle arbejde sammen med sin synkronpartner.

Talentholdet.

I 2003 består holdet af 13 aktive fra 5 forskellige klubber, hvor 10 af de unge talenter er fra Ballerup og Herlev. Derudover er Rønne, Rødovre og Høng også repræsenteret.

Ballerup og Herlev er meget stærkt repræsenteret. Årsagen hertil er nok

følgende for de to klubber:

De to klubber fokuserer meget på det tekniske i sporten.

Ballerup har nok landets bedste trænere og træningsmuligheder. Klubben har meget potentiale og har 4 instruktører på Tekniklandsholdet, hvilket betyder at de altid har det sidst nye med hjem til eleverne, og desuden har de mulighed for at supplere hinanden.

Herlev har et unikt teknikhold med mange gode og meget unge talenter, der udvikler sig hurtigt. Her står allerede unge parat til at blive udtaget om 1,2,3 år. Derudover skyldes det også et socialt sammenhold og opbakning fra både elever og forældre. Desuden har Herlev 2 på Tekniklandsholdet.

De unge talenter.

Med en gennemsnitsalder på omkring 16 år, er der udtaget et meget ungt hold, men det opfattes ikke som et problem, snarere som en

Talentudvikling i Teknik - Øst



Jonas Bryde, Ballerup

udfordring til at skabe et fornuftigt fundament for fremtidens stjerner. Det er her landsholdsdeltagerne skal skabes, og der skal jo også være plads til juniorer på et landshold, så man er nødt til at fokusere på et ungt hold. Talentudvikling skal opfattes som et slags fremtidsprojekt, eller i hvertfald et projekt der skal være med til at danne grundlaget

for fremtiden.

Træningen og fremtiden.

Tiden - og forbundets trængte økonomi - tillader 4 enkeltdags samlinger om året; to i forårs-sæsonen og to om efteråret. Her er programmet bygget op omkring et grundskelet, med 3 træningspas pr. samling.

Det er tyndt med så få samlinger. Men projektet er relativt nyt, så man kan jo håbe at der vil komme bedre kår i de efterfølgende år. Især Kim lægger ikke skjul på, at hvis forbundet ønsker en seriøs talentudvikling, der kan bære de stolte danske tekniktraditioner videre, så skal forbundet give talentudvikling en lidt større pengesæk.

Der er dog bred enighed om i trænerstaben, at arbejdet med talentudvikling allerede har båret frugt. Det tekniske niveau er på få år blevet meget højere. Dette kan bl.a. ses på de mange flotte internationale resultater - det er tydeligt at de unge talenter allerede nu kan begå

sig ved de store udenlandske stævner.

De udvalgte:

Mia Thomassen	Ballerup
Ditte Sandau	Ballerup
Kristina Bertelsen	Ballerup
Jonas Bryde	Ballerup
Claus Caspersen	Ballerup
Sara Svendsen	Herlev
Malene Pettersson	Herlev
Alex Kjærgaard	Herlev
Kasper Carstensen	Herlev
Niclas Latkovic	Herlev
Lisa Lents	Rønne
Thomas Pedersen	Høng
Salih Yildran	Rødovre

Forfattet af
Peter Kristensen og Kim Drube



Jonas Bryde og Claus Caspersen, Ballerup (nr. 2 og 3 i foreste række) v. International Master Poomse Cup i Holland i april 2002

Junior VM 2002

I Dagene 1.-6. oktober 2002 blev der afholdt Junior VM på Kreta. Amir Rashid var afsted med 3 kæmpere på sin første officelle opgave som juniorlandsholdstræner. Med sig havde han broderen Imran Rashid, som er talentudviklingstræner, og som skulle være hans ass. træner under turen.

De 3 kæmpere var; Azam Nazim og André Bruun Andersen, Rødovre samt Thanh Lam fra Viby Olympic.

Thanh Lam

Lam skulle kæmpe på 1. stævnedag og havde ovenikøbet stævnets 1. kamp. Den vandt han over Armenien 7-5, bl.a. på et flot narey chagi, der sendte modstanderen i gulvet og til tælling. De nye regler viste sig dog at gøre kampen lidt mere spændende, da Lam efter at være foran 7-1 efter anden omgang pludselig blev ramt i hovedet to gange, hvorefter der pludselig stod 7-5. Sejren var dog sikker - og det var en virkelig god kamp.

Lams 2. kamp var mod Bosnien-Hercegovina, og den vandt han så sikkert som 5-0.

I sin kvartfinale løb Lam så ind i en kæmper fra Taipei, der var halvanden hoved højere end Lam. Det var tydeligt at se, at Lam lige havde en anelse for meget respekt, og det gjorde at han kom for sent ind i kampen, hvorfor pointene blev 3-1 i kineserens favør. Men en flot indsats af Lam, der bl.a. vakte interesse hos nogle af de koreanske officials, der lige var henne og spørge, hvor Lam kom fra, hvor gammel han var o.s.v. Vi spekulerede lidt på om det måske var koreanske talentspejdere, der overvejede at købe ham? :o)

Azam Nazim

Azam var anden dansker i ilden, og det blev desværre en kort affære. Han mødte en kæmper fra Cypern, der havde hjemmebragt hele den cypriotiske befolkning, virkede det som, og hvis man skulle dømme ud fra heppekorets størrelse.... Det smittede åbenbart også lidt af på dommerne, der tilkendte den cypriotiske kæmper nogle lidt uforståelige point i første omgang. Og dette ødelagde lidt resten af kampen for Azam.



De 3 herre junior-kæmpere

Sidste mand og VM-debutant var Andre, der løb ind i Australien i sin første kamp. Han startede desværre kampen med at komme bagud 1-5, hvorfor det så temmelig sort ud. Anden omgang blev en jævnbyrdig affære, men det virkede som om at det store pointtab i første omgang havde afgjort kampen. Men i sidste omgang kom der dog andre boller på suppen, og Andre leverede et af de bedste comebacks ved stævnet. I et sandt stormløb scorede han 7 point i en omgang, hvor modstanderen nærmest blev udraderet og væltede rundt på banen nærmest i flugt. Lidt uforståeligt fik han dog tildelt nogle suspekterede point - marginalerne og dommerne var åbenbart ikke med Danmark - og kampen endte 11-10 til australieren, der var tydeligt mærket af de mange tæsk han havde fået i den sidste omgang. Men en virkelig flot præstation af André.



De to trænere (og brødre)

forfattet af
Imran Rashid

Et rigtigt plets kud

Hvilke tanker falder én ind når man ser dette billede?

Jeg synes i hvertfald at dette foto fortæller meget om personen Ky Tu Dinh Dang.....

Alle der kender Ky Tu ved at han er et stort legebarn :-)

Billedet her blev taget af undertegnede i 1999 i forbindelse med at Tekniklandsholdet var på EM-trænings lejr i aug/sept. i Harte Bramdrup Hallerne i Kolding som optakt til Europamesterskaberne, der skulle afholdes i den selvsamme hal i oktober 1999.

Barnet, som Tu leger med på billedet er datter af Preben Ernst og Stina Brædder, begge tekniklandsholdet.

Gitte Gregersen
Forbundsredaktør



Ky Tu Dinh Dang som barnepike?????

HYUNDAI

Getz you excited!

AD/renkon

Så er den her! Getz, Hyundais nye charmetrold, som kan lokke smilet frem hos enhver. En rummelig og praktisk bil med masser af plads til begejstring og store armbevægelser. Frække detaljer, lækkert udstyr og garanti for køreglæde. Hyundai Getz you excited!

■ Multijusterbart førersæde ■ Kopholdere ■ Elruder ■ Elspejle med varme ■ Centrallås ■ 4 airbags

Nærmeste forhandler benvises på tlf. 33 48 45 75 eller www.hyundai.dk

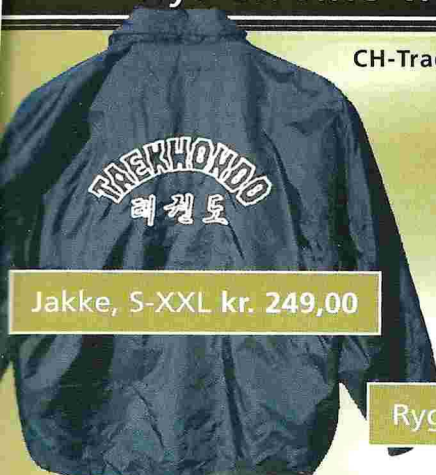
Hyundai Getz fra kr. 114.998,-*

*) Den angivne pris er for Hyundai Getz 1.1 - 3d. Excl. levering kr. 3.180 og metallak. Benzinfoerbrug: EU-norm 15,4-17,2 km/l. CO₂ (g/km): 138-181. Viste model er med ekstraudstyr.

Taekwondo udstyr i topkvalitet

Nyt direkte tlf.nr: 21 45 87 56 - Web-butik: www.chtrade.dk

CH-Trade er officiel sponsor for Det Danske Landshold i Kamp og Teknik



Jakke, S-XXL kr. 249,00



Rygsæk kr. 149,00



Sko, 32-46 kr. 269,00

Kampvest, XS-XL kr. 375,00



Taske kr. 269,00



Benbeskytter, XS-L kr. 209,00
Armbeskytter, S-L kr. 189,00

Hjelm, S-XL kr. 398,00



Skridtbeskytter, S-L kr. 159,00



BUDO NORD Superior dobok

Specielt design for perfekt pasform. Leveres med sort el. hvid/poom krave. Broderi på ryggen og dit navn broderet på overdel. Str. 150-210 cm

Kr. **449,-**

BUDO NORD Competition dobok

Elite dragt. Benyttes bl.a. af det Danske Landshold. Leveres med sort eller hvid krave. Broderi på ryggen og dit navn broderet på overdel. Str. 160-210 cm

Kr. **669,-**

BUDO NORD Standard dobok

»Begynder dragt«

Består af bomuld/polyester

Leveres med hvidt bælte og tryk på ryg.

120 cm 194,00

130 cm 204,00

140 cm 224,00

150 cm 239,00

160 cm 254,00

170 cm 269,00

180 cm 279,00

190 cm 289,00

200 cm 299,00

210 cm 309,00



CH TRADE
v/Claus Henriksen [6. dan]
Gl. Hastrupvej 3
4600 Køge

Tlf: 56 63 87 75
Direkte: 21 45 87 56
E-mail: chtrade@adslhome.dk
Web: www.chtrade.dk

