

3-2003

TAEKWONDO

MEDLEMSBLAD FOR DANSK TAEKWONDO FORBUND



Tækn
på
forst

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. pladmangel. 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. 3-2003:

Annoncer og indlæg:
26. september 2003

Layout Repro og Tryk:

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

Oplag:

5.000 eksemplarer

Forside:

Medaljetagerne v. Europamesterskaberne i Teknik som blev afholdt på Korsika i juni 2003



VELKOMMEN TIL INDFLYDELSE OG ANSVAR!

Just i denne tid tilgår der klubberne invitation til aktivt at deltage i en møderække, som meget vel kan vise sig at få stor betydning for fremtidens DTaF.

Projektet er tidligere omtalt som HHR (helhedsrådgivning) - et spændende samarbejde mellem forbundet, Team Danmark (TD) og Danmarks Idræts-Forbund (DIF). Startskuddet til projektet hedder "Velkommen til indflydelse og ansvar" - en klar signalering af, at er man klar til at tage et medansvar for DTaF's fremtid, ja så er der også en stor mulighed for at få indflydelse. Omvendt er det selvfølgelig også en signalering af, at har man indflydelse - ja så følger der også en større eller mindre portion ansvar med..... sikkert noget de fleste af forbundets ledere kender til.

Da projektet som nævnt er et samarbejde mellem DTaF og vores vigtigste interessenter TD og DIF, repræsenteret ved Bjarne Overgaard og Tom Jensen, har de to fået lov til at bruge resten af denne leder til at beskrive projektet nærmere.

Herfra skal lyde et stort: "Vel mødt og god arbejdslyst!!"

Karin Schwartz
Formand for DTaF

Dansk Taekwondo Forbund har i samarbejde med Danmarks Idræts-Forbund og Team Danmark iværksat et Helhedsrådgivningsprojekt (HHR),

der har til formål at skabe et beslutningsgrundlag for hvad DTaF skal fokusere på de kommende år, og hvordan DTaF, DIF og TD i fællesskab skal gennemføre de indsatsområder klubberne og forbundet beslutter.

DIF og TD vil i løbet af efteråret besøge en række forskellige klubber, for at høre hvad de synes der skal bruges ressourcer på i fremtiden, og hvad de har af gode forslag til at udvikle og forbedre hverdagen.

De klubber vi ikke når at besøge har stadig en mulighed for at søge indflydelse - nemlig ved at maile synspunkter ind i forbundet, hvor vi opretter en særlig mail til HHR.

Når DIF og TD har besøgt klubberne i efteråret 2003, udarbejder vi en rapport til DTaF med en række anbefalinger til fremtidige indsatsområder. Derefter vil der ske en prioritering af de anbefalinger der er givet i rapporten, og de indsatsområder der bliver udpeget er klar til at blive gennemført straks i 2004.

I de projektgrupper der skal gennemføre indsatsområderne vil der naturligvis blive plads til de af jer, der har lyst til at være med til at sætte et fingeraftryk og forme fremtidens DTaF.

Når projekterne er gennemført vil vi foretage en evaluering af resultatet, og foretage evt. nødvendige justeringer.

Som I kan se er der store forhåbninger til at ALLE klubber tager del i udviklingsprocessen, og vi vil naturligvis gøre vores bedste for at alle får mulighed for at komme med forslag til at udvikle DTaF.

Så budskabet fra DIF og TD er - deltag aktivt og konstruktivt i HHR så vi alle arbejder for at gøre et godt idrætsforbund bedre!!

Tom Jensen og Bjarne Overgaard

NIPPON-NYHEDER!

Atak®



태권도

ATAK® DOBOG ★

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

Denne dobog sælges 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:	169	179	189	199	209	219	229	239	249	259	269	289
BESTNR.	14100	14110	14120	14130	14140	14150	14160	14170	14180	14190	14200	14210

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



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

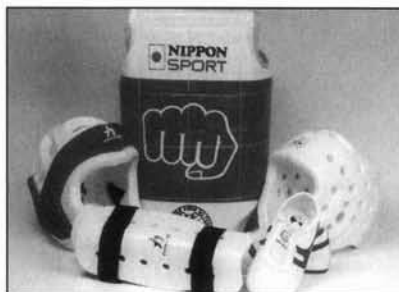
Str.: S, M, Lkr. 399,-

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-telefonvarer • 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

EM i Teknik 2003

Det danske Tekniklandshold deltog i dagene 14.-15. juni 2003 i det 6. Europamesterskab i teknik for juniorer og seniorer.

Arrangøren

Det Franske Taekwondo Forbund var arrangør og havde placeret mesterskabet på den bjergrige og blomsterfrode ø Korsika.

Korsika har ca. 240.000 indbyggere som er meget bevidst om hvad de er og hvad de vil. Spørger man, er de ikke franskmænd men korsikane-re. Korsikas indbyggere ønsker selvstændighed og har i mange år kæmpet for dette. Det der også kendetegner øen er, at når der er parlamentsvalg er der 3 gange så mange stemmer som der skal være.

Holdet

Der var udtaget 12 udøvere: 7 herrer og 5 damer.

Det danske hold var traditionen tro velforberedt og var nok også det stærkeste hold DTaF nogensinde har stillet med v. et EM i Teknik.

Optimal forberedelse

Det danske holds officielle afrejsedato var torsdag før stævnet d.v.s. 12. juni 2003, men en lille halvdel af holdet havde valgt at bruge nogle ekstra feriedage og tage afsted tidligere for at forberede sig optimalt til konkurrencerne.

Der var ca. 34-35 grader på Korsika, så det gjaldt primært om at vænne sig til varmen. Og der blev trænet på en parkeringsplads tæt ved deres bopæl.

Sammenholdet

Tekniklandsholdet har altid haft ry for at have et godt sammenhold - noget mange af de andre tekniklandshold har misundt os. Som mange måske husker fik Danmark en fairness-pris ved sidste EM. Dette ry levede de danske teknikfolk også op til v. dette EM.

Da den resterende del af holdet ankom torsdag blev de modtaget med højt humør. Man havde lavet skilte for hver udøver med det respektive kælenavn. Og så blev de nyankomne lige så stille og roligt tunet ind på korsikansk bølgelængde.

Mesterskabet

Det var det hidtil største EM med 180 deltagere fra 21 nationer. Et mesterskab som var specielt vigtig i år da det ligger kun få måneder før

WTFs generalforsamling hvor 4 reglerne for et VM i Teknik er



Hygge med korsikanske specialiteter på en lun aften

på dagsordenen. Dette EM kan derfor godt gå hen og blive historisk da der nu er udsigt til nye regler/discipliner. Med andre ord, dette EM var formentlig det sidste af denne type. Derfor var det også en skam at der fra fransk side var så meget sjusk omkring arrangementets rammer.

Stemningen i hallen

Det boblede af god stemning i hallen på de to stævnedage. Både det tyske og det danske hold havde medbragt deres egen EM-sang, og når ventetiden blev for lang under og uden for konkurrencerne underholdt enten det danske eller tyske hold med sang.

Teknik-folk er som en stor familie. Det beviste deltagerne v. EM i Kolding i 1999, da en udøver fra det engelske landshold gik i stå i begyndelsen af sin poomse og ville forlade måtten, men han blev klappet tilbage på banen af hele hallen. Vi oplevede en lignende episode på Korsika. Franco Deakra fra Holland gik på gulvet, lavede sin poomse som han skulle, men i stedet for at få sine point så han kunne forlade gulvet blev der en voldsom røre blandt dommerne. Iflg. computeren havde Franco lavet en forkeret poomse og mens der blev diskuteret mellem dommerlederen og den hollandske holdleder begyndte hele hallen at klappe, synge og lave bølge til ære for Franco som stod der - ensom - på banen. Til sidst nærmest sydede

hallen. Det viste sig da også at være en fejl og Franco fik sine point og kunne forlade måtten. Hans holdkammerater fortalte senere at episoden p.g.a. den enorme opbakning havde været højdepunktet i Francos liv.

Resultatet

Som de fleste jo ved blev dette Teknik-EM det bedste nogensinde i DTaFs historie. Med 4 guld, 1 sølv og 1 bronze blev Danmark næst-bedst nation, og i Herrer- og dame-klasserne blev Danmark henholdsvis mest og 3. mest vindende. Dette oversteg alle forventninger, og sejrusrusen blev ikke mindre af at Danmark havde fået sin første kvindelige europamester. Ydermere kunne 4 af de danske udøvere kalde sig dobbelt europamester.

Nu følger en kort stævnebeskrivelse fra de danske landsholdsudøvere.

Dame Junior - Lisa Lents

Jeg er utrolig glad for at jeg fik muligheden for at deltage v. EM og repræsentere det danske landshold. For mig var det en stor ære og et stort ansvar. Jeg er meget glad på landsholdets vegne, som har vist det bedste resultat nogensinde. Og Nicole Linde Jensen blev den første kvindelige Teknik-europamester i DTaFs historie. Dermed har hun bevist at den tekniske disciplin blandt kvinder i DK ligger på et meget højt

EM i Teknik 2003

niveau. Jeg er selv meget utilfreds med min egen præstation. P.g.a. nervøsitet og mangel på int. erfaring, leverede jeg en knap så god præstation med bl.a. balancefejl. Derfor røg jeg ned på en 6. plads. Jeg var ikke psykisk nok forberedt. At deltage v. et EM var mit mål og min drøm, men da udtagelsen kom var det uventet. Kun 1 1/2 måned før afholdelse af stævnet. Til gengæld var deltagelsen v. EM sund for mig. Jeg har fået masser af erfaring og inspiration ved at se på nogle af de bedste udøvere i Europa. Jeg vil gerne takke hele holdet for den STORE opbakning og kæmpe-oplevelse - en oplevelse jeg aldrig nogensinde vil glemme!! Og 1000 tak til Ky Tu, Lars Gregersen, Henrik Frost og Randi West Hansen.

Damer 18-26 år - Nicole L. Jensen

Det kom som en kæmpe overraskelse for mig, at jeg lå nr. 1 efter den første runde. Jeg havde haft en heldig lodtrækning og skulle starte som den sidste. Anden runde gik lige så godt, og det var fedt at mærke salens opbakning. Det var ikke kun danskerne, men også mine tyske venner og mange andre. Før finalen havde jeg en føring på 0,4 point - temmelig meget i dette selskab. Nu skulle sejren bare køres sikkert hjem - og det gjorde jeg så - og blev europamester!!!! Det er så vildt at tænke på. Jeg fatter det ikke helt endnu. Det hjælper, at andre bliver ved med at sige det til mig. Så skal jeg nok fatte det!

Damer 27-34 år - Randi W. Hansen

Da jeg først skulle deltage på 2. stævne dag havde jeg nået at få et godt indtryk af hvad de andre lande kunne byde på. Mange af nationerne havde udviklet sig kolosalt siden EM i 2001, så min tvivl på om jeg kunne forsvare min bronze medalje begyndte at komme allerede dagen inden jeg skulle deltage. Som den sidste af 10 deltagere gik jeg på gulvet med viden om at de to førende i gruppen var hhv. nr. 1 og 2 fra sidste EM. Med en kæmpe opbakning fra holdet gik jeg på gulvet og glemte alt om de 35 grader der var i hallen. Mine poomseer kunne nok ikke have været udført bedre den dag (havde en forstrækning i venstre baglår). Efter første gennemløb lå jeg på en skuffende 5. plads sammen med tyrkeren. Efter at have gået Sip jin, som



Afslutning på åbningsceremonien

nalen. 4 timer senere skulle finalen stå, og mit stakkels ben var træt, og balancen helt af h... til. Men med varmecreme og konkurrenceånd gik jeg på gulvet som den sidste af de 5 i finalen, og fik udført en af mine bedste Pyong won'er ever. Dommerne var åbenbart af samme mening og dermed vandt jeg bronze. Dette års EM endte nøjagtigt som det sidste m.h.t. de 3 første placeringer. Dog havde både tyske Roya og jeg gerne set Spanien på en 3. plads og så Danmark og Tyskland som nr. 1 og 2 eller omvendt.

niens føring, da vi følte, at vi var bedre end dem, men sølvmedaljen ville vi have, så den fik alt hvad den kunne tage i finalen og vi lagde os klart foran tyrkerne. Så det blev til en forbedring fra bronze i 2001 til sølv i år. Vi er nu topmotiverede for at tage guld i 2005.

Herre Junior - Tobias Jessen

Dette var mit første EM, og jeg var meget spændt og nervøs. Hver gang der blev snakket om EM fik jeg en følelse af usikkerhed og lidt kriblen i maven. Får så at vide at jeg skal på



Kamilla Kierstein, Nicole Linde Jensen og Trine Jørgensen

Dame Synkron v. Nicole L. Jensen

Efter 1. runde havde Spanien allerede taget føringen og kampen om sølv blev mellem Danmark og Tyrkiet. Inden finalen lå vi å point med

som den første gruppe lørdag morgen. Jeg når ikke engang at se hvordan det hele foregår. Dette gjorde mig bestemt ikke mindre nervøs. Senere skulle det vise sig st være en fordel.

EM i Teknik 2003

På stævnedagen, da jeg var varmet op og klar til at gå banen, var jeg slet ikke nervøs - det var der nemlig ikke tid til.

Min præstation på banen var et kapitel helt for sig selv. Da først jeg var kommet ind på pletten begyndte jeg at ryste lidt. Men jeg fik præsenteret min poomse og kom faktisk godt fra start med min P3. Lige indtil jeg skal udføre yeop chagi'et som er min største svaghed - da går det efter min mening helt galt. Det har muligvis også haft stor betydning for mine point at jeg ikke lander på pletten da jeg er færdig. Jeg endte på en 7. plads. Som helhed syntes jeg faktisk at det gik okay.

Herrer 18-26 år - Min-Ho Ahn

Som sædvanlig var min gruppe ualmindelig stærkt besat. Den spanske udøver - som endte med at vinde gruppen suverænt - tog føringen fra aller første runde og beholdt den placering. Tyske Marcus og Meulüt fra Tyrkiet overhaler mig i 2. runde og de ender med at tage hhv. sølv og bronzen. Jeg endte på 4. pladsen akkurat ligesom ved sidste EM. Jeg lavede ikke nogen fejl i de 3 runder så det må have været min stil dommerne ikke brød sig om. I det mindste kan jeg sige at jeg gjorde mit bedste.

Herrer 27-34 år - Peter Kristensen

Jeg lavede Sipjin i 1. runde og kunne mærke at det var en rigtig god start med gode skarpe teknikker. Min 2. runde hvor de 7 bedste var med gik ok. Med en smule spænding i kroppen fik jeg udført Jitae til min egen tilfredshed, men det var desværre ikke nok til en finalerunde. Gruppen er ret hård. Både Tyskland, Tyrkiet, Frankrig, Spanien, Holland og Italien er ret gode, og dette EM var en kamp om marginaler, med en dommerspænd på 0,3 point fra 9,1 - 9,4, så alle lå ufatteligt tæt pointmæssigt. Jeg er selvfølgelig ikke tilfreds med mit resultat da jeg gerne havde set en medalje om halsen, især når jeg flere gange har vundet over Rob Jansen, Holland som faktisk vandt EM-sølv.

Mit fokus har helt klart ligget hos Herre Synkron, hvor de fleste af mine kræfter er blevet lagt.

Herrer 35-41 år - Ky Tu D. Dang

Jeg er en af de få, som har deltaget i alle europamesterskaberne, og har bortset fra Individuel i 1997, 6 vundet alle kategorier jeg har

deltaget i. I år er min sidste deltagelse i denne kategori da jeg rykker op i +42 år. Hvis jeg vinder guld denne gang er jeg den eneste som har vundet så mange og kontinuerlig EM'er. Så mine forventninger er meget høje.

Jeg følte en behagelig ro og overlegenhed på konkurrence-dagen, men lidt sommerfugle har jeg da for alt kan ske på banen. Straks efter min 1. runde, hvor jeg har lagt en pæn afstand ned til mine konkurrenter, blev jeg mere afslappet. Jeg var så afslappet at jeg følte at jeg "legede" med tilskuerne og dommerne. Det var dejligt at vinde titlen igen.

Herre Synkron v. Kim Drube

Som regerende europamestre fra 2001, lå der et tungt pres på vores skuldre. Vi har ikke tabt en turnering siden November 1999 og var favoritter til at tage EM-guldet for 2. gang i træk.

Vi fik noget der minder om den værst tænkelige lodtrækning; ikke den allervæste, men tæt på. Vi skulle på gulvet som det 3. hold - langt fra vores stærkeste konkurrenter og det er på ingen måde et godt udgangspunkt.

Lørdag skulle slaget stå. Vi var dagens sidste gruppe, så vi havde haft god tid til at blive klar til den store opgave - og vi var klar!!!

Det var tydeligt at se, at vi var nervøse - især i 1. runde - men selv om vi lavede et par småfejl vandt vi sammenlagt runden med 0,1 point foran det unge og meget stærke tyrkiske hold. I anden runde formåede vi at fordoble vores forspring, også selvom vi var ved at snuble over et meget interesseret fransk kamerahold fra en fransk TV-kanal. De benyttede pausen mellem 2. runde og finalen på at interviewe en af de danske guld-drenge til aftenens sports-

nyheder. Sidst på aftenen gjaldte det den afgørende runde - den store finale - og vi var 100 % fokuseret på op-

gaven. Vi vidste at vi var foran og ønskede kun at gøre arbejdet færdigt. Vi lagde yderligere afstand ned til Tyrkiet som vandt sølv. Der var straks mere dramatik i kampen om bronze-medaljen, hvor den hollandske trio sloges med vores bane-mænd fra 1999, nemlig tyskerne, der igen trak det længste strå og blev 3'er.

Med smil på læberne, armene i vejret og et sæt nye, skinnende guldmedaljer om halsen fyldtes vores sind med en mættende følelse af glæde og stolthed. Vi - Danmarks gyldne trio - gjorde det igen. Og så blev der ellers skrålet med på "Det er et yndigt land..."

Mix-Team v. Claus Thomsen

Vi havde næsten ikke trænet sammen. Kun nogle få timer på EM-lejren samt den forudgående landsholdssamling. Dertil havde vi (med samme udgangspunkt) stillet op sammen v. Belgien Open og Danish Open. Vi er således gode til at omstille os - især Nicole - vi går blot poomseerne som vi gør i Herre Synkron, og så omstiller Nicole og Randi sig. Kun P3 har vi ændret på hoveddrejningerne.

De 4 hold der startede i gruppen var Tyskland, Tyrkiet, Danmark og Spanien - 4 nationer som på forhånd var regnet som favoritterne. Hvad angår de 3 førstnævnte holdt dette stik. Kampen om medaljerne kom til at foregå mellem disse 3 nationer. Efter 1. runde lå vi á point med Tyskland og Tyrkiet lå 0,10 point efter. I 2. runde tog vi føringen og i finalen rykkede vi yderligere. Placeringen som nr. 1 var en forbedring i forhold til sidste EM hvor Danmark blev nr. 2. Alle sagde bagefter at de 3 medaljevindende hold havde leveret så smukt synkron-taekwondo at det havde været en fryd at se på.



(fra v.) Peter Kristensen, Nicole Linde Jensen, Kim Drube, Randi West Hansen og Claus Thomsen = Mix Team

EM i Teknik 2003

Parløb v. Nicole Linde Jensen

Det var vores EM-debut i en meget stærk gruppe, hvor det kunne blive både alt og intet. Vi havde naturligvis nogle forhåbninger, baseret på vores titler som vinder af både Danish Open og Tyskland Open, men vi vidste også at konkurrencen var hård. Dette fik vi også at mærke. Vi var lidt uheldige med lodtrækningen - alle de andre gode hold skulle ind lige efter hinanden, mens der var et hul ned til os. Vi fik ikke nær så høje point, og de andre kunne ikke hentes. Vi er dog yderst tilfredse med vores indsats. Det gik rigtig godt og vi har faktisk aldrig været bedre til et stævne. Den eneste af vores modstandere, som vi nåede at se på banen, var Italien - at de slog os kan vi ikke forstå - heller ikke at Frankrig kunne blive nr. 4, men det er helt ok at Tyrkiet, Holland og Tyskland fik medalje, for de er gode. Men samtidig ved vi at vi kan slå dem, så det må vi jo bare gøre næste gang.

Lars Gregersen, EIU udtaler.

Vi kan se tilbage på et godt EM. Resultaterne siger selvfølgelig alt. Holdet har trænet hårdt og med 2-3 trænere på til hver samling, har der været mere fokus på den enkelte, og det er dejligt at se resultaterne af denne satsning. Resultaterne viser ikke kun at vi har trænet meget, men også at kvaliteten af træningen har været en smule bedre end vore skarpe konkurrenter fra Tyskland, Spanien og Tyrkiet. Spanien er dog blevet mærkbart bedre end v. sidste EM. De kører flotte enkelt teknikker men jeg savner personligt en sammenhæng mellem de enkelte teknikker. De blev dog suverænt bedste nation foran Danmark, hatten af for det.

Niveauet er også stigende - bare det at komme i Top 5 er en præstation i sig selv. Italien bl.a. var med i mange finaler, men måtte tage til takke med 4. og 5. pladser. Jeg er sikker på at de næste gang kommer på skamlen. Det viser blot at Teknik bliver taget meget seriøst i flere og flere lande, hvilket også er nødvendigt for at være med på toppen, så vi skal til stadighed arbejde målrettet med vor talentudvikling, så vi kan blive ved med at være der hvor det er sjovt. Et STORT TILLYKKE til holdet med den flotte præstation.

Gitte Gregersen
Redaktør



Det Danske Teknik-landshold - 2. bedste nation i Europa

VM i Teknik i 2006?

Et VM i Teknik vil sandsynligvis blive afviklet i 2006. Et regelsæt kommer til afstemning på den kommende WTF-generalforsamling i september 2003, og det foreløbige udkast vil ændre noget på gruppe-inddelingen.

Der er foreslået 3 aldersgrupper for hhv. Damer og Herrer: 15-17 år, 18-40 år og +41 år. I de 6 aldersgrupper er der så mulighed for at deltage i Individuel, Individuel kreativ (musik), Synkron (X-antal deltagere), Synkron kreativ (musik) og Team.

Hvad det hele munder ud i ved ingen endnu, men vi skal nok se i øjnene, at der bliver ændret på det fundament vi har opbygget i Europa, og vi skal allerede efter WTFs generalforsamling i september igang med planlægning og opbygning af landsholdet til EM 2005 og VM 2006, så Danmark stadig er en top nation indenfor Taekwondo.

En vedtagelse af ovennævnte vil samtidig betyde at der skal ske en tilpasning af vore danske stævner til de internationale regler.

Lars Gregersen
Eliteidrætsudvalget (EIU)

Sprit og sport

Ulrik Høy skrev en artikel om fodbold i Weekavisen den 27. juni 2003. Han kaldte artiklen "Forstøjelsen" og skrev bl.a.: *Resultatet er fylderister en gros og en fortrukken atmosfære af råd og skældsord og aggressiv fremfærd. Jeg skal ikke specificere. Det er jo en naturtilstand at være beruset i dette land, en del af det nationale gemyt, og altså også en del af forstøjelsen.*

Nu var der sommerlejr igen, og det er en god tradition. Der er mange børn, der får en uge fyldt ud med gode oplevelser og god motion, og der er mange voksne, der får en uge fyldt ud med social samvær og god motion. Og nogle gange for meget af det flydende. Og bliver en del af en forstøjelse, der forstyrrer nattesøvnen for andre.

Jeg vil gerne opfordre til at man holder indtagelse af alkohol på et fornuftigt niveau. Og jeg kan slet ikke acceptere, at folk kommer på lejren med det hovedformål at drikke en masse og prale af at træne med tømmermænd eller blive væk, fordi man sov lidt for længe. Tænk, jeg synes ikke, at det er særlig morsomt at opleve folk med tømmermænd - man har ligesom set det før.

Nu er taekwondo ikke en holdsport, så på den måde går det ikke ud over mig personligt, at folk møder op og er temmelig usportslige, men man sender nogle forkerte signaler når tømmermænd skal forbindes med en heltegerning eller en naturtilstand, som Høy ironisk skrev.

Jeg har hørt så mange gange, at det er umuligt at få børn og unge til at drikke mindre, for når noget er forbudt er det mere spændende. For det første kan det sagtens lade sig gøre i andre lande - vi ligger helt i top - for det andet er tendensen ved at vende, da nutidens unge synes, at de med deres drikkeri har haft nogle ubehagelige oplevelser, som de ikke har lyst til at give videre til deres børn. For det tredje, så tror jeg ikke længere på den, at det forbudte er mere spændende. Der er mange forbud, der ikke er spor spændende, og der er mange lovlige områder, der er spændende, f.eks. taekwondo. At de er spændende skyldes de signaler, der bliver sendt med, når emnerne omtales, og jeg har mange gange **hørt** alkohol forbindes med sjov, fest og friggjorthed, og **oplevet** det for-



Billed fra en typisk sommerlejr

bundet med pinlighed, ubehagelighed og overskridelser af grænser. Det er bare ikke de sidstnævnte signaler, man helst skal sende, for så er man en gammel sippe. En fest uden alkohol er derefter, siger man og fniser, for ædru mennesker er da kedelige. Vi vil gerne sende signaler, at uden alkohol kan man ikke more sig. Jeg vil gerne opfordre til at sende signaler, at livsglæden ikke kan findes i en flaske, kun øges med risiko for bivirkninger.

Selvfølgelig skal man have lov til at fejre, at man er blevet Dan-graduate og nyde et glas vin med gamle

venner. Men lad alkohol i forbindelse med sport være en pris og en nydelse, ikke bedøvelse.

Det glæder mig, at arrangørerne for sommerlejren i 2003 havde en alkoholpolitik med ingen alkohol til unge under 15 år. Jeg håber, at den er blevet overholdt. Og jeg ved godt, at dette indlæg først bliver læst efter sommerlejren, men der kommer jo nok en ny, hvor man kan tænke over sprit og sport og forstøjelse.

Vivi Bak Jensen
Formand for Breddeidrætsudvalget



Fra sommerlejren i Ebeltoft i 2002

Vidste du at....

- alle begynder- og talent kampstævner bliver Cup og ikke Pulje i 2004?
- Hanne Pedersen, Holstebro bestod 5. Dan på sommerlejren og nu er den 3. kvindelige 5. Dan i Dansk Taekwondo Forbund?
- Skanderborg TKD Klub fejrer 25 års jubilæum d. 6. sept. 2003?
- Vejle TKD Klub har 30 års jubilæum i efteråret 2003?
- Forbundsformand Karin Schwartz havde 25 års jubilæum som TKD-udøver i sommeren 2003?
- EIU-medlem Lars Gregersen har 25 års jubilæum som TKD-udøver i september 2003?
- Danish Open i Teknik i 2003 var det stærkeste nogensinde med ca. 300 deltagere fra 10 nationer heriblandt 3 nationer fra Top 5?
- Ko Tai Jeong har været i Korea i juli og er blevet gradueret til 8. Dan?
- Gergely Salim, tidligere Gladsaxe Taekwondo Klub, nu bosiddende i USA, vandt OL-guld i Barcelona i 1992?
- Gegerly Salim med hans OL-guldmedalje fik hatrick, nemlig VM-guld, EM-guld og OL-guld i træk?

Hydro Texacos Uddannelseslegat 2003

Legatet er personligt og kan erhverves af unge idrætsudøvere til videre sportsuddannelse.

Legatportionerne er 12 x 15.000 kr. og 1 x 20.000 kr.

Afleveringsfristen er 6. oktober 2003 og ansøgningerne bedes sendt til:

Legatkomiteen for Hydro Texaco A/S's uddannelseslegat
Strandvejen 70
2900 Hellerup

DIF - Initiativ

DIF opfordrer det danske idrætsliv til at støtte Røde Kors i uge 40 under overskriften **Idrættens uge for røde kort!!!!**

Foreningerne kan støtte på mange måder:

- Giv et bidrag af foreningens kasse
- Lad 10 kr. af hver entre billet gå til Røde Kors
- Lad en sponsor betale
- Træk 1 kr. af kontingentet for alle medlemmer
- Lad jeres indsamling blive opgjort i faderskaber til Barnelandet Zimbabwe.

Læs mere om initiativet på www.florman.dk under klub 10.

Marianne Florman
DIF

AKTIVITETSPLAN

13.09.03	Pulje Begynder/Talent stævne, kamp Nordborg
13.-14.09.03	Instruktør I, Vejle
24.-28.09.03	VM i kamp, Tyskland
4.-5.10.03	Danfortræning, DTaF i Skive
11.10.03	SM i Teknik, Ballerup
11.-12.10.03	Instruktør I og II, Rødovre
18.10.03	JM i Teknik, Skanderborg
25.10.03	Pulje Begynder stævne, kamp, Skjern
08.11.03	Scandinavien Open, Kamp/teknik, Århus
08.-09.11.03	Instruktør II, Vejle
22.11.03	DM i Teknik, Århus
29.11.03	Dangraduering, DTaF Muligvis Skive
2.-5.12.03	OL kval. - verden Paris
Jan. 2004	OL kval. - Europa LEDIG
17.01.04	NM i kamp/teknik Finland
24.01.04	Begynder/talent Cup, kamp Skjern
14.02.03	SM i kamp, Nørrebro
21.02.04	JM i kamp, LEDIG
Marts 2004	Holland Open, kamp
27.-28.03.04	DM i kamp, Vejle
03.04.03	Talentstævne, Teknik Skanderborg
17.04.03	Danish Open, kamp, LEDIG

Ny hovedsponsor for DTaF

BMW Financial Services Denmark A/S ny hovedsponsor for DTaF

Det er en fornøjelse at kunne offentliggøre BMW Financial Services Denmark A/S som DTaFs nye hovedsponsor. Siden aftalen med vore tidligere hovedsponsor løb ud, har vi arbejdet på at få en ny sponsor og samarbejdspartner, som vi kan samarbejde positivt med frem mod de store udfordringer der ligger lige om hjørnet - VM i kamp i Tyskland i efteråret og det altoverskyggende OL i Athen 2004. Vi ser frem til samarbejdet og vedlægger nedenfor en kort præsentation af BMW Financial Services Denmark A/S samt BMW Financial Services egen pressemeddelelse om det nye sponsorat.

Torben Sachmann Hansen
DTaF

BMW Financial Services` danske afdeling

BMW's eget finansieringsselskab, BMW Financial Services, åbnede i slutningen af 2001 afdeling i Danmark. Afdelingen blev selskabets 27. på verdens plan, og Ole Dahl Madsen, der har 25 års erfaring inden for bilfinansiering, blev ansat som adm. direktør. På verdensplan finansierer BMW's eget selskab i dag ca. hver tredje BMW. I Tyskland er andelen for visse modeller vedkommende helt oppe på mellem 85 og 90 procent. Totalt set står BMW Financial Services bag finansieringen af i alt 1,2 mio. biler.

"Når konceptet har vist sig så stærkt, skyldes det, at medarbejderne i BMW Financial Services både ved noget om finansiering og om produkterne, livsstil, renommé og de drømme, der opfyldes, når en kunde køber en BMW" siger Ole Dahl Madsen. "Som producentejet selskab fokuserer vi meget på sammenhængen mellem produkt og finansiering - på bilens levetid og brugen af den. Derfor har vi en mere operationel tilgang til finansiering af BMW end for eksempel banker og bankejede finansieringsselskaber" siger Ole Dahl Madsen. "Vi betragter os som specialister i finansiering af BMW. Han lægger ikke skjul på, at afdelingens mål har været at få flere BMW biler ud at køre i Danmark. Det gælder både fabriksnye og de mange nyere brugte, som er på lager efter nogle år med generelt

højere brugtvognssalg. Vi har forsøgt at lægge hovedvægten på erhvervs kunderne, der er blevet mødt med nye og innovative finansieringstilbud tilpasset vore produkter og kundernes ønsker. Ud over attraktive leasingtilbud har vi markedsført et helt nyt koncept - BMW Select.

Dette koncept, der indeholder en garanteret gensalgpris og mulighed for en serviceordning, tager primært sigte på de mange kunder, der med fordel kan ændre en firmabilordning til en individuel bilordning, hvor den ansatte selv stiller bil til rådighed for virksomheden. Vi har foretaget beregninger, hvor den ansatte sparer mellem kr. 2-3.000 kr. pr. måned - alt efter den enkeltes forudsætninger, bilens pris og fordeling mellem privat- og firmakørsel. Der forudsættes en uændret omkostning for virksomheden. "Dette koncept, der har stor succes i de øvrige lande, hvor vi er repræsenteret, forventer vi, vil blive nøglen for mange af vores kunder til en løsning der kombinerer bil og økonomi på en optimal måde" slutter Ole Dahl Madsen.

BMW`s pressemeddelelse om sponsoratet: BMW Financial Services - ny sponsor for Dansk Taekwondo Forbund

BMW Financial Services A/S og Dansk Taekwondo Forbund har indgået en sponsoraftale for de kommende to år. Aftalen indebærer, at den danske afdeling af BMW's finansieringsselskab støtter taekwondo-udøverne med et årligt beløb. Til gengæld vil det velkendte blå-hvide BMW emblem blive synliggjort på dragter, bander og lignende.

"Vi ser frem til at samarbejde med Dansk Taekwondo Forbund, der tæller nogle af verdens bedste udøvere" siger Michael Seest-Østergaard, salgs- og marketingschef i BMW Financial Services.

Fra Dansk Taekwondo Forbunds side udtrykkes der også glæde over aftalen: "Vi vil gøre alt for, at aftalen bliver fornuftig set fra BMW Financial Services` side, siger næstformand og Informationschef Torben Sachmann Hansen, Dansk Taekwon-

do Forbund.

Forbundet står netop nu i en utrolig stærk position med dygtige udøvere og et elitecenter i verdensklasse, indrettet i den tidligere kaserne i Farum. Team Danmarks bestyrelse har bevilget knap 1,6 mio. kr. til forbundet i indeværende støtteår, der går frem til maj næste år.

Ved det netop overståede EM kom taekwondo-tekniklandsholdet hjem med fire guldmedaljer, en sølv- og en bronzemedalje. Næste store udfordring bliver VM i Garmisch Partenkirchen i Tyskland til september. Herefter følger kvalifikationsturneringerne til OL, og Dansk Taekwondo Forbund håber at være repræsenteret, når den danske trup marcherer ind på det olympiske stadion i Athen i sommeren 2004.

"Vi regner bestemt med at sende i hvert fald to deltagere til OL. Blandt dem naturligvis vores største profil Jesper Roesen fra Rødovre" siger Torben Sachmann Hansen.

Også Team Danmark tror på de danske taekwondo-udøvere. "De bedste danske taekwondo-kæmpere har et højt internationalt niveau, og der er fortsat stort udviklingspotentiale" siger sportschef Susanne Hedegaard fra Team Danmark i forbindelse med tildelingen af dette års millionstøtte. "Det nye træningssetup i Farum vil danne grundlag for, at dansk taekwondo fortsat vil kunne gøre sig gældende på absolut højeste int. niveau" siger Susanne Hedegaard.

Den nye sponsor - BMW Financial Services i Danmark - tilbyder attraktive låne- og leasingaftaler på basis af et indgående kendskab til BMW's biler og motorcykler.



Det danske Tekniklandshold med EM-høsten

BMW Financial Services



BMW Select®

Fra kr. 2.575
per måned



Med BMW Select® finansiering kan drømmen om en BMW blive virkelighed. Vi tilbyder nemlig en garanteret høj tilbagekøbspris efter tre år.

Du kan for eksempel få en BMW 318ti Compact fra kun **kr. 2.575,-** per måned* og vide, at det er nøjagtigt, hvad bilen vil koste dig i den treårige periode.

BMW Select® er en nyhed i Danmark - men anerkendt og meget udbredt i mange andre lande, for eksempel Tyskland og Sverige. Den er udviklet specielt af BMW.

Kontakt din nærmeste BMW forhandler for at høre mere om dette attraktive produkt, eller ring til BMW Financial Services på tlf. 70 15 15 42.

** Udbetaling kr. 80.937 svarende til 20% plus omkostninger, løbetid 36 mdr., variabel rente 4,95%, km pr. år 15.000, ÅOP 7,2%. Prisen er inkl. service og vedligehold men ekskl. dæk, forsikring, vægtafgift og brændstof. Tilbuddet gælder kun lagerbiler pr. 31.12.2002.*

**Kig ind til en af BMW forhandlerne og få en prøvetur.
Først da vil du være helt klar over, hvor godt et tilbud
du rent faktisk sidder med lige nu!**

BMW Financial Services - officiel sponsor for Dansk Teakwondo Forbund



Seksuelle krænkelser af unge

På sommerlejren var der et foredrag om seksuelle krænkelser af unge indenfor idrætten. Jeg vil ikke her give et referat af foredraget, der var udmærket, og man fik konkrete råd med sig hjem. Man kan alle være enige om at den slags skal undgås, så der er ikke så meget diskussion om det - det handler mere om at forebygge.

Rent konkret kan man gøre som rutine at bede trænerne om tilladelse til at se en straffeattest. Gør det hvert år, og sig til gamle trænere der føler sig krænkede, at det ikke er noget personligt, det er (skal være) ren rutine. Jeg talte efter kurset med den ene af vores trænere, en som har trænet længe før jeg satte mine ben i en dojang. Han var meget positiv og var vant til det fra sit bijob som dørmænd, så det er rutine andre steder.

De fleste ved, at er den ene under 15 år, så er et seksuelt forhold for-

budt. Men er den ene part mellem 15 og 18 år og den anden part er træner, så er det også forbudt. Men det kræver en anmeldelse, så her kan man snakke sig ud af tingene men ikke vide sig sikker. Så brug også situationen, hvor der bliver bedt om tilladelse til at blive kikket i kortene, til en lille snak med måske især unge mennesker, så en sund og naturlig afprøvning af livet ikke ender ulykkeligt.

Lad os tænke os en situation, hvor den unge træner på 19 år falder for en gulbæltet lækker sild på 16 år. De er begge meget interesseret, og i begyndelsen er det hele lykkeligt. Men hun viser sig at være jaloux og besidderisk, eller der er andre interessante sild på holdet, og hun bliver droppet. Så kan den ulykkelige situation opstå, at hun drives af mindre pæne hensigter og med loven i hånden får ham dømt for seksuelle krænkelser, så han ikke kan være træner i mange år, og i 20 år vil det

fremgå af hans straffeattest. Det der i andre sammenhænge er en del af livet, ville få ham til at fremstå som et dumt svin eller hende som en bitch, får her alvorlige konsekvenser.

Skulle sådanne alliancer opstå, så løs problemet ved holdskifte eller anden rokering, men det er vigtigt at trænerne ved, at det er forbudt at have et seksuelt forhold til dem man træner hvis de er under 18 år, ellers kommer de jo næppe og siger at der er et problem der skal løses. De ved jo ikke at de har et problem.

Vivi Bak Jensen
Formand
Grindsted Taekwondo Klub, Sin-ho

Landskamp Danmark-Korea

Solrød Taekwondo Klub og Dansk Taekwondo Forbund var arrangør for en landskamp mellem udvalgte danske landsholdskæmpere og et stærkt koreansk hold onsdag aften d. 18. juni 2003 i Solrød Idrætscenter.

Ca. 500 Taekwondo-interessererede troppede op for at se de 7 kampe og lidt opvisning performet af 4 nykårede teknik-europamestre: Ky Tu Dinh Dang og synkrondrengene Kim Drube, Claus Thomsen og Peter Kristensen - Solrøds børnehold bestående af 10. - 5. kup'ere - Hwarang-Do udøvere fra Køge (Hwarang-Do er en afart af det oprindelige Taekwondo).

Det koreanske holds træner hed Lee Gye-Haeng og havde vundet OL-guld i 1988 og havde desuden vundet flere verdensmesterskaber. Hans hold var ret ungt - de var alle 18 eller 19 år - og blandt dem var den 19 årige Lim Hoy-Jung som var tidligere junior-verdensmester samt bronze-vinder ved Universitets VM. På papiret var hun den der virkede stærkest af udøverne.

til os af Sverige til lejligheden som modstander til den mindste af de kvindelige koreanere (-47 kg). Hanna er kun 15 år, men kæmper allerede senior-kampe og regnes for det største talent Sverige har haft meget længe på kamp-siden.

Det danske hold:

Herrer:
Loi Van Le, Viby Olympia -54 kg
Cüneyt Hamid, Gladsaxe -62 kg
Lennart Theilgaard, Rødovre -68 kg
Allan Pedersen, Ballerup -78 kg
Nikolaj Laustsen, VIby Olym. -84 kg

Damer:
Hanna Zaje, Sverige -47 kg



Ky Tu laver en power-gennembrydning

Landskamp Danmark-Korea

Lisa Kjær Jensen, Viby O. -59 kg

Cuneyt Hamid - Choi Kwang-Yong

Cuneyt kom hurtigt bagud 0-4, men årsagen dertil var, at koreaneren fik 3 point på en scoring som kun skulle have givet 1 point. Cuneyt får dog udlignet til 2-5 hvilket er 1. rundes slutresultat. I 2. runde skiftes de til at score men koreaneren holder afstanden og i 3. runde sætter koreaneren punktum på kampen som han vinder med cifrene 10-5. Synd for Cuneyt at kampen udviklede sig sådan. Koreaneren virkede som sådan ikke farlig at angribe, men det at Cuneyt kom bagud fra start ødelagde Cuneyts chance for at vinde kampen.

Allan Pedersen - Lee Kwan Youn

Allans kamp var spændende til det sidste. 1. runde slutter 3-3, han taber 2. runde med 0-3 men kommer stærkt igen i 3. runde som han vinder 2-1. Kampens resultat bliver sejr til Korea med cifrene 7-5. En kamp, som Allan med sin fantastiske fighertilse, godt kunne have vundet.

Hanna Zaje - Kim Hyoun-Ok

3. kæmper på måtten var det unge svenske stortalent Hanne Zaje og hun leverede, ikke blot bedste kamp hidtil, men hun hev også første sejr hjem til det danske hold. Alle 3 runder gik til den lille seje svensker fra Malmø som vinder kampen 9-5.

Loi Van Le - Park Sang-II

Det danske stortalent Loi Van Lee gik på måtten som nr. 4. Han formåede at holde det danske publikum på pinebænken hele kampen igennem. 1. runde slutter 4-4 til Loi som også vinder 2. runde 3-2. Og selv Korea vinder den 3. og sidste runde 8-7 går sejren fortjent til Loi med slutresultatet 13-13. Kampen foregik i et hæsblæsende tempo og var utrolig spændende. Den var så lige, som en kamp kunne være, og Loi viste sit format mod en lige så god modstander.

Nikolaj Laustsen - Lee Hwi-Nam

Nikolaj fulgte god med sin koreanske modstander indtil 3. runde. Nikolaj vinder 1. runde 2-1 og 2. runde slutter 4-5 til Korea. Men så var det også slut med koreanerens overbærenhed. 3. runde vindes af koreaneren med 5-1. En total sejr på 11-7 til Korea men Nikolaj leverede en fin indsats.



Lennart Theilgaard (rød) mod An Ki-Jun

Foto: Jens Dige

Lisa K. Jensen - Lim Hoy-Jung

Lisa står overfor en rutineret og meget snu modstander. Hun scorede nogle sikre point, men lavede ikke mere end lige det der var nødvendigt for at vinde. Hun lod Lisa gøre arbejdet, stod simpelthen og ventede på at hun kom, og hver gang Lisa så kom frem sagde det klask. Li-

ge angreb og udligner til 2-2. I 3. og afgørende runde skiftes de to kæmpere til at score men koreaneren laver det sidste og dermed afgørende angreb og vinder runden 3-2 Og dermed vinder Korea kampen 6-5. En flot indsats af Lennart som kæmpede sin chance i en meget lige kamp.



De to hold efter medaljeoverrækkelsen

sa taber kampen 3-7.

Lennart Theilgaard - An Ki-Jun

Lennart leverede en meget fin indsats. Efter 1. runde som slutter 1-1 kom han foran 2-0 men bliver indhentet i rundens sidste sekunder da koreaneren får to point for to hurti-

Gitte Gregersen
Forbundsredaktør

UM & YANG - modsætningernes princip



Vi kender alle Um og Yang-symbolet. I hvert fald som centret af det sydkoreanske flag

(Taegeuk Kee). Jeg vil i denne artikel prøve at komme lidt dybere ind i symbolikken, der ligger bag symbolet. Min faglige baggrund for denne artikel kan bedst beskrives som mange års nysgerrighed, hvilket jeg mener er den vigtigste forudsætning for at kunne tilegne sig ny viden.

De to modsætninger

Det fortælles, at i begyndelsen fandtes der kun en tanke, en eksistens, Hannol. Deraf udsprang polariteterne Um og Yang. Dette koncept finder man i mange trosretninger. I taoismen fortælles f.eks. om hvorledes Tao's enhed blev til Ying og Yang (Ih og Yo på japansk). Den samme ide ser vi i biblen: først var Gud, derefter skabte han himlen og jorden, senere manden og kvinden. Uanset hvilke symboler eller navne man bruger til at beskrive fænomenerne med, er det et billede af det samme princip, nemlig modsætningernes princip.

Betydning af symbolerne

-  Den øverste røde halvdel (Yang) symboliserer himlen.
-  Den nederste blå halvdel (Um) symboliserer jorden.

Eksempel:

Yang	Um
Himmel	Jord
Dag	Nat
Ild	Vand
Varme	Kulde
Sjæl	Krop
Positiv	Negativ
Åben	Lukket
Mand	Kvinde
Sol	Regn

Man kan ikke beskrive Um uden også at komme ind på Yang. De to poler er en sammenhængende eksistens. Hvis man f.eks. bevæger sig mod den ene pol, bevæger man sig samtidigt væk fra den anden. For at forstå betydningen af Um og Yang er det vigtigt ikke at låse

sig fast i den vestlige verdens definition af positivt og negativt, styrke og svaghed. Ingen af de to halvdele er bedre end den anden, begge kan være gode, og begge kan være dårlige. Kun gennem harmoni mellem de to, kan liv eksistere. For meget regn skaber oversvømmelse, og for meget sol skaber tørke. Begge dele vil ødelægge høsten. Ligesom voldsom kulde kan dræbe, således kan voldsom varme det også. Intet kan overleve ved at gå til yderligheder, ingen ekstremiteter varer ved, men som en helhed kan de opnå harmoni. Og er der harmoni mellem himlen og jorden, kan liv opstå, ligesom hvis der er harmoni mellem en mand og kvinde. Begge poler kan udligne den andens højde og dybde. Den stærke giver den svage sikkerhed, mens den svage giver den stærke fleksibilitet. Begge poler har altså en opgave at udføre for en fælles harmoni. Denne harmoni er symboliseret af cirklen omkring Um og Yang symbolet.

Evig bevægelse

Um og Yang er konstant i bevægelse mod hinanden. I alt i og omkring os foregår en evig skiften mellem de to poler. Bevægelsen mellem dag og nat, sommer og vinter, aktivitet og hvile. De to poler er sameksisterende, og gensidigt afhængige af hinanden. den ene vil altid føre til den anden. Som nat følger dag, og sommer følger vinter, således vil vores krop som en del af naturen også bestå af en skiften mellem Um og Yang. Uanset hvor længe vi prøver at holde os vågne, vil vi i sidste ende være nødt til at sove. Ligesom hvis man arbejder meget hårdt, vil man blive træt og må hvile, for derefter at kunne arbejde igen. Således vil der altid være en skiften mellem de to poler. Naturens og universets gang - Um og Yang.

Fysisk bevægelse

Um og Yang princippet kan også overføres til fysisk bevægelse. Her er målet også at opnå en balance mellem de to poler, mildhed og fasthed. Hvis man f.eks. skal et sted hen på cykel må man træde med den ene fod (fasthed) og give efter med den anden (mildhed). Man kommer ingen steder ved kun at træde eller ved kun at give efter på begge pedaler samtidigt. Man er nødt til at have et samspil af bevægelser, en harmoni og en skiften mellem at træde og give efter. Det samme gør sig gældende for bevæ-

gelserne i Taekwondo. Der må også være et samspil mellem mildhed og fasthed eller spænding og afspænding. F.eks. i kamp er det nødvendigt både at kunne angribe kraftfuldt, og samtidigt at kunne undvige og fleksibelt at følge med modstanderens kraft. Mildhed kan ikke i længden overvinde rå kraft, og rå kraft kan ikke altid sejre. Man må følge kampens rytme, hvor det nogle gange er Um der er dominerende andre gange Yang. De to må flyde sammen i en hele tiden skiftende harmoni med ens bevægelser, som bølger i havet.

En helhed

Selvom Um og Yang er to modsætninger, skal de opfattes som to sameksisterende krafter fra et samlet hele. De to krafter er afledt fra hinanden, og fuldendes gennem hinanden. Hver for sig udgør de kun halvdelen af et splittet hele. Kun set som en harmonisk helhed i bevægelse, kan Um og Yang forstås. Uanset hvor meget vi end stritter imod, fortsætter jorden med at dreje rundt, nat bliver til dag og sommer til vinter. Dette er naturens og universets gang.

Pierre Maegaard Knudsen
3. Dan
Vanløse TKD Klub

Dangraduering

1. poom

Mads Herchend	Helsinge
Tibo Jensen	Gladsaxe
Muzafar Ali	Nørrebro
Rachis Ghiyati	Nørrebro
Johan Bentsen	Slagelse
Martin R. Madsen	Nordborg
Robert Hason	Nordborg
Lena Ramsing	Skanderb.

1. Dan

Sirin Bicen	Værløse
Thomas Vesterdal	Skjern
Janson L. Lissner	Skjern
Claus Follin Larsen	Herning
Elie Iskandar	Esbjerg
Robert Gregersen	Glostrup
Salih Yildirim	Rødovre
Gamze Karatas	Rødovre
Benito Godtfredsen	Rødovre
Tarik Abu Setta	Rødovre
Jon Ludvig	Rødovre
Jesper L. Pedersen	Kolding
Jacqueline L. Larsen	Næstved
Kasper Andersen	Helsinge
Monika Andersen	Helsinge
Casper Palmvig	Helsinge
Thea Tegtmeyer	Thisted
Sune Kiefer	Thisted
Hjalte Kiefter	Thisted
Ronnie Petersen	Esbjerg
Tina Lorenz Jensen	Fredericia
Karina M. Harry	København
Brian S. Nielsen	København
Arild B. Jacobsen	København
Anders Lorenzen	Nørrebro
Pernille Christensen	Nørrebro
Thomas Søderberg	Nørrebro
Han Woon Ke Kan	Nørrebro
Martin Pallesen	Nørrebro
Ulrich Christiansen	Slagelse
Allan Hedegaard	Nykøbing M.
Casper B. Knudsen	Nykøbing M.
Ole Svenningsen	Nykøbing M.
Finn Søndergaard	Vojens
Anne Tornhøj	Bellinge
Kristian M. Larsen	Bellinge
Mads Hammerkjær	Bramsnæs
Per Laursen	Brande
Florian Baumann	Flensborg
Regin Gaardsmand	Munkebo
Peter A. Børlum	Skanderb.
Michael Jørgensen	Skanderb.
Per Lauge Troelsen	Skive
Louise Dohn	Østerbro
Lenette Rignell	Østerbro
Mette Vinter Riis	Østerbro

2. Poom

Emilie K.-Nielsen	København
-------------------	-----------

2. Dan

Randy A. Møller	Vejle
Britta Pedersen	Vejle
Mikkel Andersen	Vejle
Bjarke Follin Larsen	Herning

Chois Tournament

I weekenden 3.-4. maj var Skive Taekwondo Klub arrangør for CV's årlige weekend-stævne "Chois Tournament" med teknik lørdag og kamp søndag.

Udover deltagelse af CVs medlemsklubber var der inviteret nogle klubber udefra: Kolding, Vejle, Aalborg, Neumünster og Sønderborg.

Dommerantallet på banen søndag afspejlede DTaFs dommersituation, med kun to dommere på hver bane, men dette skyldtes til dels at der var dommere der bare var blevet væk.

CV havde, udover indkøb af de 5 pokaler til mest vindende klubber også lavet en Open-turnering så klubberne udefra kunne være med i kampen om at blive en af de mest vindende klubber. Og der var da også et par udenforstående klubber der blandede sig i dysten.

Turneringen bliver nok husket mest for lørdagens romantiske indslag. Kim Nedergaard fra Skive deltog i Parløbsdisciplinen med sin kæreste Sys. Efter at de havde færdiggjort deres finale-poomse faldt Kim på knæ med en langstilket rose i hånden og friede til hende. Der gik et sus igennem hallen fra de tilstedeværende med et efterfølgende bifald, som bragede gennem hele hallen, da hun sagde ja.



Thomas Bejer, Vejle (rød) mod Morten Andersen, Sønderborg



Kim Nedergaard, Skive frier til kæresten Sys midt på banen

CV

Klubranking:

1. Skanderborg
2. Brande
3. Skive
4. Århus
5. Risskov

Open

- | |
|-------------|
| Skanderborg |
| Brande |
| Skive |
| Vejle |
| Aalborg |

Gitte Gregersen
Forbundsredaktør

Forskelle mellem WTF og ITF

Baggrunden for artiklen.

Da vi alle nu igennem længere tid har fået et mere og mere ekstensivt indblik i Do's fotoalbum med alle hans forunderlige afskygninger af Yeop chagi synes jeg ligesom at tiden var kommet til at finde noget nyt i dette blad.

Derfor har jeg valgt at lave et uddrag af min opgave til 4. Dan som den blev skrevet i perioden op til dangradueringen i 2000.

Som overskriften jo fortæller omhandler det de åbenlyse forskelle i WTF Taekwondo og ITF Taekwondo. Jeg vil dog gerne fra starten understrege at der findes mange andre forskelle på de to grene, men de der her er beskrevet er de fysiske forskelle i udførelsen af de to taekwondo grene.

Research.

I forbindelse med opgaven til 4. Dan tog jeg som det første udgangspunkt i de bøger, tidsskifter og avisartikler som jeg kunne finde på både dansk og engelsk. Dette gav mig som sådan en baggrundsviden om ITF Taekwondo, men for at have et førstehåndsindtryk om emnet tog jeg kontakt til Thomas Brandt, 4. Dan, præsident for ITF i Danmark. Jeg adspurgte om det var i orden at jeg tog ned til ham i Århus og overværede en af hans træninger. Med denne overværelse af træning og efterfølgende snak med Thomas fik jeg de sidste brikker på plads til opgaven.

Historisk.

Dette afsnit kunne med lethed fylde halvdelen af dette blad alene, jeg har dog forsøgt at korte det væsentligt ned.

Taekwondo kan med overbevisning dateres tilbage til år 37 f. Kr. under Koguryo dynastiet hvor man opdagede nogle royale grave med tegnninger af Taekwondo-lignende træningssituationer. "Taekwondo" er blevet trænet siden og man støder på fysiske beviser igen under Silla dynastiet i tiden fra 668 - 935 e. Kr. Senere opstod en form for "Taekwondo" kaldet Subak. En Kong Chongjo udfærdigede bogen MUYE DOBO TONGJI som var en decideret tekst bog omhandlende kampkunst, herunder også "Taekwondo".

I vores tid blev Taekwondo forbudt under den japanske besættelse af Korea og dette forbud blev først ophevet i 1945. Under forbudet søgte mange patrioter de bud-

dhistiske klostre eller flygtede til Kina hvor de fortsatte med at træne kampsport.

Da befrielsen endelig kom, vendte mestre og instruktører hjem til Korea hvorefter man forsøgte at genoplive de gamle kampformer.

Ti år senere, i 1955, ved en konference imellem de gamle mestre blev det besluttet at forene de forskellige Kwan, Taekwondo skoler som havde hver deres mester. Efterfølgende blev sporten forenet under det fælles navn: Taekwondo.

Hovedmanden bag dette var General Hong Hi Choi. Ved førnævnte konference var der en stor uenighed om hvor mange skoler (Kwan) der var, men det menes at tallet var nået op på ni Kwan med hver deres mester. Der opstod dog snart uenighed om hvordan det fortsatte samarbejde skulle fortsætte og dette resulterede i at Korean Taekwondo Association blev dannet i 1961 med Hong Hi Choi som præsident. Efterfølgende opstod der yderligere problemer i dette nye forbund og Un Yong Kim blev valgt som præsident i stedet for Hong Hi Choi. Således blev World Taekwondo Federation (WTF) grundlagt den 28. maj 1973. Den tidligere præsident Hong Hi Choi, havde forinden brudt med Korean Taekwondo Association og havde grundlagt International Taekwondo Federation (ITF) i 1966 og etableret sit hoved-

kvarter i Canada og siden hen flyttet det til Wien.

Tre - to - et skridts kamp.

Når man i ITF skal op til den første kupgraduering skal man vise nogle øvelser som jeg ikke før har stiftet bekendtskab med. Man udfører en øvelse som består af en tre-skridts kamp, som dog ikke skal forveksles med vores Sam bon Kireugi. Den øvelse man udfører foretages ud i den blå luft og afsluttes efter de tre skridt. Når man så bliver gradueret til højere grader lærer man at udføre to-skridts kamp og som de sidste skridt på vejen til 1. Dan lærer man at udføre det der er svarende til vores Han bon Kireugi.

Tul.

Som de fleste udøvere ved har vi i vort system nogle øvelser som vi kalder Taegeuk og som findes i bæltegraderne helt op til 1. Dan. Indenfor ITF Taekwondo har man noget lignende blot kalder det det for TUL. Til forskel for vores system hvor vores Taegeuk ændrer benævnelsen ved overgangen til 1. Dan til Poomse, så hedder deres TUL det samme og kaldes således også TUL indenfor Dan-graderne. Vores Taegeuk retter sig efter Palgwe systemet, som baseres på det mønster (Gwe) som findes i I - Ching (forvandlingens

fortsættes på side 18



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 Mallings Århus Syd
www.jydskemblem.dk

Dangraduering - fortsat



De nye Danbærere fra sommerlejren (DTaF og CV) samt DTaFs gra-
dueringspanel

VM i kamp 2003

Følgende kæmpere er udtaget til at repræsentere de danske farver ved Verdensmesterskabet som afholdes 24.-28. september 2003 i Tyskland:

Herrer

Fin Loi Van Le, Viby Olympia
Fly Philip Reyes, Rødovre
Bantam Cuneyt Hamid, Gladsaxe
Feather Lennart Theilgaard, Rødovre
Light Jesper Roesen, Rødovre
Welter Allan Pedersen, Ballerup
Middle Anders Karlsen, Rødovre
Heavy Zakaria Asidah, Rødovre

Damer

Tina Ødgaard, Nørrebro
Kristina Jørgensen, Viby Olympia
Lise Hjortshøj, Viby Olympia
Lisa K. Jensen, Viby Olympia
Katrine Torbensen, Viby Olympia

Et spændende hold må man sige - en blanding af rutine og ungdom - og de bliver spændende at følge, da de er meget stærke og talentfulde. Jeg har kigget lidt tilbage i tiden og har sat fokus på de sidste 2 verdensmesterskaber. I 1999 i Canada blev de danske herrer 4. bedste nation og Danmark blev totalt nr. 7. I Korea i 2001 blev de danske herrer 9. bedste nation mens Danmark totalt rykkede et godt stykke ned af listen. De flotte placeringer skyldes de mange vundne kampe, kvartfinaler, samt de vundne medaljer (1 sølv i 2001 og 2 sølv i 1999). Nogle flotte resultater, og sammenlignet med de to verdensmesterskaber i 1997 og 1995, hvor der ikke blev vundet memedaljer, viser det en flot lovende udvikling

Billedet viser Kristina Jørgensen, her fra Fight Night på sommerlejren i år, hvor hun



2. Dan - fortsat

Niels Albjerg	Glostrup
Erik M. Kristensen	Kolding
Tim E. Schmidt	Haderslev
Mikael Oddershede	Aalborg
Canan Cosar	København
Sven Bengtson	Nykøbing M.
Jens Chr. Rasch	Ikast
Katja Dettmann	Hinnerup

3. Dan

Erik S. Nielsen	Herning
Uffe Andersen	Bagsværd
Tommy Søgaard	Kolding
Imran Rashid	Rødovre
Thomas Engell	Skive
Carsten Kersø	Vejle
Jesper Skytte	Fredericia
Achuthan Param	Brande
Kim C. Thomsen	Holstebro
Erik Back	Århus
Thorkild Sundstrup	Århus

4. Dan

Jeanette Christensen	Kolding
Amir Rashid	Rødovre
Torben Eker	Vejle
Jens Møller	Bellinge
Peter Juncker	Frederiksund

5. Dan

Jesper Kristensen	Aalborg
Henrik Frost	Østerbro
John Paarup	Munkebo
Hanne Pedersen	Holstebro



John Paarup, Munkebo får fejret sin 5. Dan i champagne

Forskelle mellem WTF og ITF

bog). De TUL som de øver under ITF tilegnes berømte personer og egne i Korea. Således kaldes en TUL for Won - Hyo, som var den buddhistiske munk Won - Hyo som introducerede buddhismen i Silla dynastiet i 686 e. Kr. Når man udfører en TUL benytter man ikke KiHap som vi gør. Når vi udfører en Taegeuk forsøger vi at undgå at lave for megen "bølgegang" forstået på den måde at vi gerne skal holde en nogenlunde ens højde når vi bevæger os rundt i standene. Ved udførelsen af en TUL skal dette benyttes. Man skal udføre selve TUL med brug af en bølgegang eller som de kalder det: Sinusrytme. De går fra hver stand til næste ved at ændre højden og derved trække energi ud af teknikken på denne måde. Udføres denne sinusrytme ikke er den enkelte TUL udført forkert.

Gennembrydning.

I det pensum som en ITF udøver skal rette sig efter er der allerede fra 8. kup indlagt obligatoriske gennembrydninger som en del af pensum. Dette er jo som bekendt ikke noget vi under WTF benytter på nær hvis vi skal til dangraduering eller til opvisning. Dette er dog indlagt hos ITF for at eleven skal kunne demonstrere at den enkelte teknik mestres.

Kamp.

Til forskel for vores kamp hvor vi er iklædt forskelligt kampudstyr og kæmper fuld kontakt er de under ITF vant til at kæmpe uden anden beskyttelse end handsker og fodbeskyttere. De kæmper, hvad jeg vil kalde semikontakt, hvor der gives point for hver korrekt udført teknik. Dog varierer pointgivningen alt efter det område de "rammer". Et point gives ved et spark eller slag til kroppen, mens det i hovedet vil give to point. Højeste point gives for et baglæns cirkelspark til hovedet som udløser fem point.

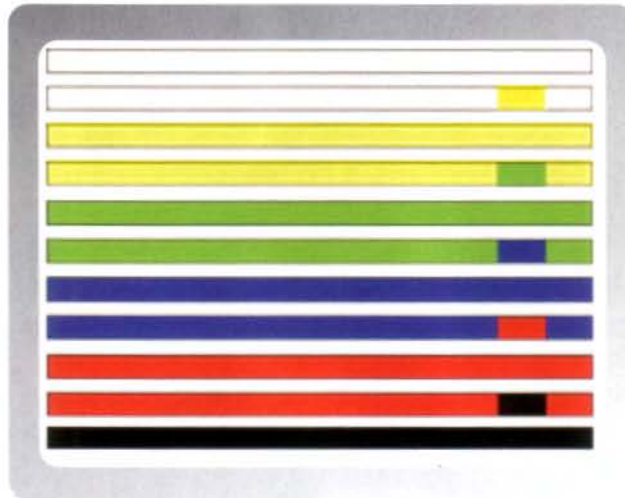
Bæltegrader.

Under ITF benytter de andre bæltegrader end dem vi er vant til. Deres grader hedder ligeledes kupgrader men er inddelt på følgende måde:

- 10 kup = hvidt bælte
- 9. kup = hvidt bælte m. gul streg
- 8. kup = gult bælte
- 7. kup = gult bælte m. grøn streg
- 6. kup = grønt bælte
- 5. kup = grønt bælte m. blå streg
- 4. kup = blått bælte

- 3. kup = blått bælte m. rød streg
- 2. kup = rødt bælte
- 1. kup = rødt bælte m. sort streg
- 1.-3. Dan: Hjelpeinstruktør
- 4.-6. Dan: Senior-instruktør/mester
- 7.-9. Dan: mester/bedstefædre

Bælterækken går kun til 9. dan som det højeste. Hong Hi Choi er den højest graduerede indenfor ITF. Indenfor ITF findes der naturligvis også et Poombælte, elever under 15 år, hvor dette er inddelt i 2 felter på langs af bæltet. Farverne på de to felter er sort og hvid.



Dobog.

En af de mest synlige forskelle som jeg gerne vil fremhæve her imod slutningen af dette oprids, er den dobog som benyttes indenfor ITF Taekwondo.

Dragten er syet ligesom vores gamle modeller hvor det er en jakke model, som man slår om sig og lukker i



Det udtryk som symboliserer det evige grønne træ. De koreanske skrifttegn udgør stammen og ITF og Taekwondo udgør kronen på træet

højre side med en binding af to snore. Desuden er trykket på ryggen anderledes, som forestiller et evigt grønt træ der kan symbolisere evig vækst og ungdom. Taekwondo er trykt i en opadvendt bue hen over ryggen hvor der nedenunder står Taekwondo med koreansk skrifttegn lodret og centreret på fornævnte bue. Disse to er forenet af ITF som laver en linie under den vandrette bue. Tilsammen udgør de tre elementer det evige grønne træ.

Elev ed.

Den sidste ting jeg vil nævne i denne artikel er den elev ed som alle ITF elever skal lære udenad. Denne ed skal reciteres enten på dansk eller koreansk og den daglige træning startes med at denne ed reciteres. Eden lyder:

- "Jeg vil overholde Taekwondo's principper"
- "Jeg vil respektere instruktøren og seniorer"
- "Jeg vil aldrig misbruge Taekwondo"
- "Jeg vil kæmpe for frihed og retfærdighed"
- "Jeg vil bygge en mere fredsfyldt verden"

Ved afslutning af hver træning skal hver enkelt elev sætte sig ned i skrædderstilling og meditere i ca. 2 minutter over den netop overståede træning samt reflektere over de fejl man under træningen har begået.

Afrunding.

Dette var hvad jeg har valgt at bringe fra min 4. Dan-opgave og jeg håber at I derude har fået et lille indblik i hvad de synligste forskelle mellem WTF Taekwondo og ITF Taekwondo er.

Skulle I have lyst til at læse mere om ITF Taekwondo kan jeg henvise til følgende websider, som begge er på engelsk:

www.itf-information.com
www.itf-generalchoi.com

Siderne er oprettet efter at jeg skrev opgaven og jeg har derfor ikke benyttet disse under min research.

Carsten A. Pedersen
Sabumnim
Nørrebro Sonbong

Det nye BIU

På Dansk Taekwondo Forbunds årlige repræsentantskabsmøde blev der valgt 4 nye medlemmer til Breddeidrætsudvalget (BIU). Det 5. medlem har siddet et enkelt år så man kan vist roligt sige at det er et meget "ungt" (nyt) udvalg. Herudover er de alle nye og ukendte som forbundsledere, så her er virkelig tale om frisk blod.

Men hvem er de? Og hvad vil de? Hvad er deres visioner og hvad forventer de at kunne bidrage med i BIU?

Her følger en præsentation af 3 af udvalgsmedlemmerne:



Vivi Bak Jensen

Er formand i Grindsted TKD Klub, Sin-ho, har trænet i 5 år og har opnået graden 5. kup, med ambitioner om at blive graderet til 4. kup.

Jeg blev lidt hovedkulds kastet ind i BIU og har siden tænkt meget over hvad min rolle som formand for udvalget egentligt er.

Jeg har været formand for min klub i nogle år og har trænet børn - det har givet mig nogle ideer om hvad bredde-idræt skal være. Den skulle gerne give medlemmerne fornemmelsen af, at det for det første drejer sig om at deltage, ikke at vinde. Når man så har fået blod på tanden, kan ambitionerne skiftes ud, og det kan også dreje sig om at vinde. Det kan dreje sig om at være en god træner og give børnene en oplevelse af, at her kan de være, som de er, hvis de underlægger sig en acceptabel disciplin. Forældrene skal gerne komme og takke for vores store indsats for at give nogle børn støtte, andre børn ambitioner og igen andre lyst til at være leder og tage ansvar.

Alle skulle gerne opleve glæde. Bredden skal opdyrke og udvikle kropsånden. Jeg ser gerne, at der i bredden findes en rummelighed til børn, der ikke trives med andre sportsgrene. Vi har den fordel, at vi ikke er afhængige af hinanden for at vinde, så vi kan lære børnene at acceptere motorikmongoler. Det giver bredde.

Denne rummelighed skulle også gerne kunne ses på højere plan. Med en fortid som rød stud. scient på sidelinie har jeg set, hvordan forskellige fraktioner brugte en masse energi til at bekriige hinanden i stedet for at kæmpe sammen, selvom sloganet fra kvindesiden var "sammen er vi stærke" var en del af vores fælles politik. Jeg håber, at jeg kan gøre mit til, at vi også i Taekwondo får en "enhedsliste", hvormed vi kan gøre fælles front.



Christian Flindt Andersen

Er 22 år og 2. Dan. Tidligere medlem af Frederikssund og Herlev TKD Klubber men pr. 1. januar 2003 medlem af Århus TKD Klub, Chung Moo.

Min Taekwondo-baggrund kan skitseres kort. Udover ovennævnte har jeg været et enkelt år på Tekniklandsholdet og er udtaget på 3. sæson til DTD. Jeg har skrevet mange artikler til Forbundsbladet hvilket er en af årsagerne til at jeg idag sidder i BIU.

Jeg håber at jeg i BIU kan få nogle af mine holdninger og meninger distribueret ud til bredden og at jeg kan påvirke, de ting jeg har kritiseret, i den "rigtige retning". Min "kæphest" har været Dangradueringerne og den opdeling der er i forbundet p.t. Jeg håber at kunne være

med til at forbedre forholdet fraktionerne imellem - langsomt men sikkert. Der er mange spændende ting at arbejde med i BIU og vi har allerede et godt samarbejde med EIU. Så jeg har store forventninger til de fremskridt, som forhåbenlig vil komme i løbet af det første år.



Søren K. Sivertsen

Er 2. Dan og er formand i Vojens TKD Klub, Yong Kang.

Taekwondo-baggrund: Har trænet Taekwondo i 8 1/2 år og målet er pt. at blive 4. Dan (sabum-nim). Startede i København TKD Klub, Tan Gun Sae Sim i 1991. Holdt et par års pause og startede igen i 1997. Har trænet både børn og voksne de sidste 6 år.

Jeg er på en måde blevet kastet ind i BIU-arbejdet uden at vide hvad jeg gik ind til. Sætter på at der er en afklaring på vej. Jeg har selv været startet som klubkonsulent, men ordningen døde inden jeg kom ordentligt igang. Dette vil være en af mine primære opgaver - at få gang i klubkonsulent-ordningen, hvis der fra klubberne er interesse for det. Også en forbedring af kurser og træningssweekender vil være noget jeg har tænkt på at arbejde for. Generelt vil jeg gerne være med til at forbedre bredden i dansk taekwondo.

Præsentation af de sidste to BIU-medlemmer håber redaktionen at kunne bringe i Forbundsblad nr. 4/ 2003.

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



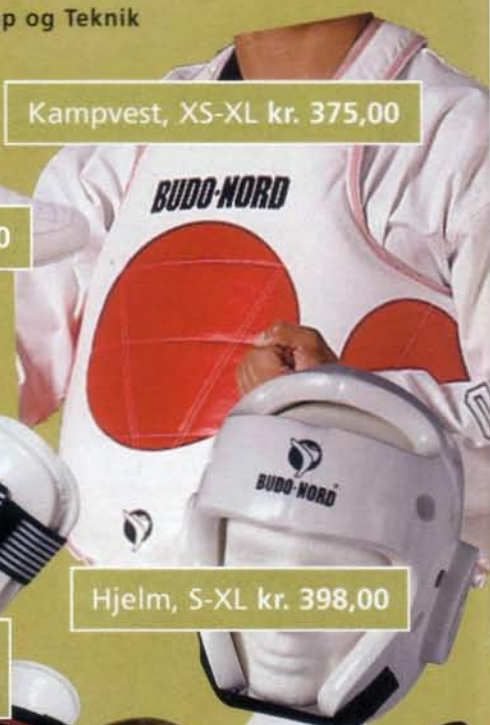
Jakke, S-XXL kr. 249,00



Rygsæk kr. 149,00



Sko, 32-46 kr. 269,00



Kampvest, XS-XL kr. 375,00

Hjelm, S-XL kr. 398,00



Taske kr. 269,00

Benbeskytter, XS-L kr. 209,00

Armbeskytter, S-L kr. 189,00



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

