

1-2004

TAEKWONDO

MEDLEMSBLAD 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
Mobil 40 84 58 80
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. 2-2004:

Annoncer og indlæg:
9. marts 2004

Layout Repro og Tryk:

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

Oplag:

5.000 eksemplarer

Forside:

Zakaria Asidah, Rødovre Taekwondo Klub som har kvalificeret sig, som første dansker, til OL



WTF-udgaven af; "Ringenes Herre 3" Taekwondokongens fald

Hvilken taekwondo-udøver i Danmark har ikke på rygraden lært, at svare på følgende spørgsmål: "Hvem er præsident for World Taekwondo Federation?" Sjældent har nogle af de udøvere jeg har gradueret svaret forkert på dette spørgsmål, tværtimod er svaret kommet som lyn fra en klar himmel: "Un Yong Kim, 10. Dan".

Men fra den 9. januar i år, blev det slut - svaret på dette spørgsmål er nu blevet et andet.

For dem der ikke har særligt kendskab til verdens højstgraderede taekwondo-udøver, så skal her blot nævnes, at han indtil for ganske nylig var Sydkoreas største Idrætspolitiker, medlem af parlamentet, Vicepræsident i IOC (Den internationale olympiske komite), og sidst men ikke mindst var Un Yong Kim manden der fik Taekwondo på det olympiske program, samt OL til Korea i 1988. En mægtig mand, hvis eksistens har været af største betydning for taekwondoens udbredelse!

Som mange af jer måske allerede ved, så trak Un Yong Kim sig fra posten som præsident fra WTF den 9. januar 2004 - omkring samtidigt trak han sig også fra parlamentet. Den eneste store tillidspost han ikke trak sig fra, var den prestigefyldte post som vicepræsident for IOC. Egentlig en lidt underlig disposition, eftersom det netop er i forbindelse med hans virke her, at han er blevet anklaget for væsentlige korruptionssager. Sidst i januar valgte IOC's nye præsident Jaques Rogge dog at

gøre Kim's nedtur total, idet Kim her blev suspenderet og dermed frataget alle sine opgaver og privilegier. Dette skete efter indstilling fra den etiske kommission (som skal vurdere om IOC-medlemmerne er værdige til at beklæde deres poster), der af Rogge var blevet bedt om at undersøge den økonomiske skandale i Seoul der har Kim som hovedperson. Udfaldet af denne undersøgelse vil senere vise om Kim ekskluderes af IOC eller får sine poster tilbage.

Desværre er det ikke første gang at taekwondoens ypperste person er på anklagebænken. I 2002 fik Kim eksempelvis en alvorlig advarsel efter bestikkelsesskandalen i forbindelse med Salt Lake City's succesrige bud på vinterlegene i 2002. Men allerede forinden da havde forfatteren Andrew Jennings i bogen "Ringenes Herrer" (refererende til de olympiske ringe) skrevet et utal af ikke særlige pæne historier om Kim - pladsen her i lederen er ganske simpel for småt til at nævne i flæng.

DTaF og WTF's andre nationale taekwondoforbund blev sidst i december bedt om at underskrive en slags sympatierklæring for herigennem at bedyre Un Yong Kim's uskyld i anklagerne. Dette har vi ikke gjort, og vi agter det ej heller - og det upåagtet af hvor meget manden så end har betydet for vores kære idræt. Kim er selvfølgelig endnu ikke kendt skyldig i anklagerne, men uanset hvad - så tager vi i DTaF kraftig afstand fra den korruption han er anklaget for.

Nu står vi så ved en historisk skillelinie og mulighed - at få WTF demokratiseret. Således lægges der fra europæisk side nu op til, at WTF's næste præsident skal vælges på demokratisk vis og ikke udpeges som det har været praksis hidtil. Som et forbund der hører hjemme i et demokratisk land og således fungerer under demokratiske spilleregler, håber vi selvfølgelig meget, at denne europæiske mission vil lykkes - det kan kun klæde vores idræt, som efterhånden har mange pletter på sig.

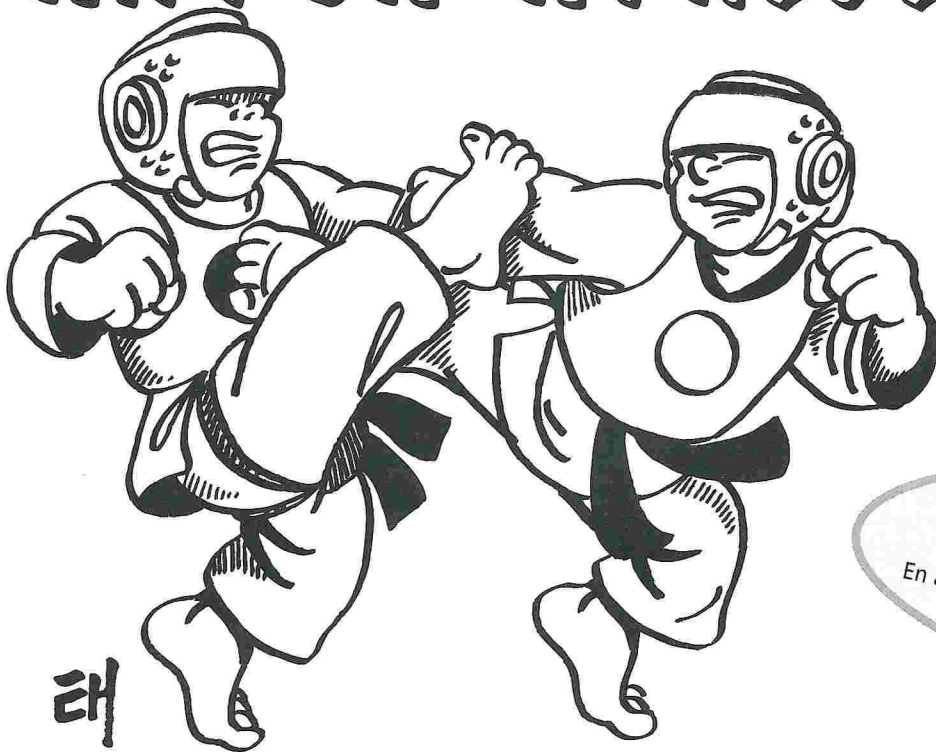
Held og lykke Europa!

Dette er så min sidste leder. Jeg vil derfor benytte lejligheden til at sige

fortsættes på side 15

NIPPON-NYHEDER!

ATAK®



태권도

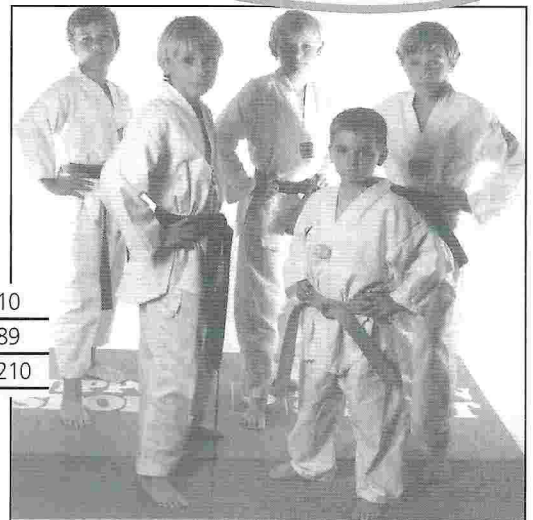
ATAK® DOBOG ★

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

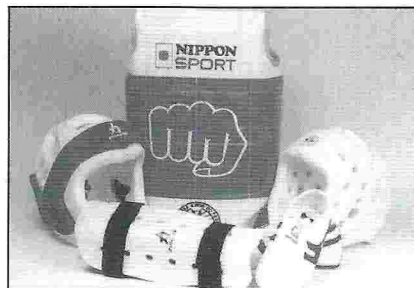
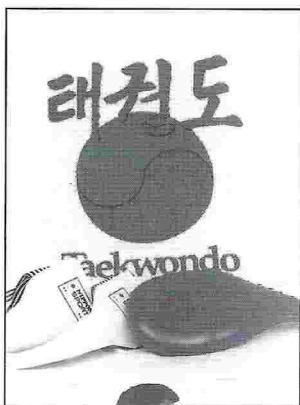
Dame, One-sizekr. 149,-

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 - 47.....kr. 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

Retfærdighed og fairness

Dette skal ikke fremstå som personlig kritik af enkeltpersoner og slet ikke af de nye dommere. MEN.....

Stk. 2

(uddrag fra dommerreglementet)

Dommerne skal altid huske:

- at de er til for at sikre en retfærdig afgørelse
- deres ansvar som leder indenfor sporten
- at kvaliteten og dommernes måde at udføre sit virke på er af afgørende betydning for et stævne
- at de under alle forhold skal bevare roen samt altid dømme efter de gældende regler
- at de under alle forhold skal dømme upartisk
- at en fejlbedømmelse er en menneskelig handling, men at det oftest er kæmperne, der kommer til at bøde for fejlen
- at tvivlen altid skal komme den anklagede til gode

Som det første vil jeg gerne sige, at jeg har meget stor respekt for de nye dommere der stiller sig ud på gulvet, for første gang at skulle være kampleder. Der er ikke grænser for det man står og tror der kan gå galt. Og det er så i en eller anden udstrækning igen grænseoverskridende, når man så senere skal være dommer ved et større stævne, DM, et internationalt stævne og måske



endda i udlandet.

Men kan vi være vores dommerstand bekendt. Er det egentlig ikke en samling middelmådige dommere vi har?

Vi ser gang på gang at der bliver fejlbedømt eller at fejl på scoreboardsystemet bliver "overset". Som f.eks. ved landskampen i Solrød, hvor der til publikums store undren kom 3 point på tavlen, for et spark på vesten, fra 0-1 til 0-4

i den første kamp. Jeg ved, at kæmperne træner hårdt og meget uanset om det er til et begynder stævne eller om de skal med landsholdet. Der trænes ofte dagligt i flere måneder op til et vigtigt stævne. Hvis de så er dygtige og heldige, kan de selv afgøre kampene til deres fordel. Hvis de kun er dygtige men uheldige, så bliver kampen afgjort på et fejlskøn fra en dommer eller en teknisk fejl i scoreboardsystemet. (Af hensyn til leverandøren af elektronikken, vil jeg ikke afvise at der kan være tale om fejlbetjening).

Selv valget af årets dommer i 2002 kan fremstå tvivlsomt. Man har valgt en dommer, der måske nok har været til mange stævner og dømt mange kampe men er han god? Næppe. For han har ikke trænet i lang tid. Han har kun deltaget i 2 kurser/prøver siden 1991, så bedømmelsen kan max. blive lidt over middel.

På den anden side sammenligner vi tit de danske dommere med dem fra andre lande. En hyppig kommentar ved sådanne sammenligninger er: **Nej, hvor er de dommere fra de andre lande ringe, så er vores egne danske dommere godt nok betydelig bedre.** Selvfølgelig laver vi alle sammen fejl. Det er bare for sjældent der er nogen der er voksne nok til at rette det undervejs. Specielt i udlandet er parolen: Hvis vi dukker hovedet og lader som om vi ikke forstår engelsk, er der nok ikke nogen der opdager noget. Sådan er også min personlige opfattelse af det der foregår i udlandet. Det vil nu alligevel blive ødelæggende for kampen, hvis den kontinuerligt skal afbrydes, for at rette småfejl. Og så er der igen nogen der siger: **Nej, hvor er de dommere fra de andre lande ringe, så er vores egne danske dommere godt nok betydelig bedre.** Jeg tror faktisk at det er meget rammenende. De danske dommere er ofte dygtigere end "dem fra de andre lande". Det må bare ikke få os til at tro at vores danske dommere er gode - de er bare bedre end dem der



bliver bedømt som decideret ringe.

I enkelte tilfælde, har jeg hørt, at 4. Dan er uden nogen form for dommererfaring, har deltaget i dommerkursus op til EM eller VM, for så umiddelbart bagefter at deltage som dommer ved stævnet. Det kunne ikke ske for en dansk dommer. Der er helt faste regler for hvor meget og hvor længe man skal være dansk dommer før end man kan deltage ved sådanne stævner. Der er altså en god grund til at de danske dommere klarer sig godt i en sammenligning med en del af disse dommere.

Hvor vil jeg så hen med alt dette? Jeg vil meget gerne åbne en debat omkring holdningen til dommerkvaliteten. Det skal helst ikke være en diskussion omkring enkelte konkrete hændelser men hvad oplever kæmperne, sekundanterne, publikum og ikke mindst forbundet? Er alt som man ønsker det eller hvor og hvordan kan det gøres bedre?

Michael Gandø
kampdommer



Tao og Taekwondo

Jeg begyndte at dyrke Taekwondo for snart 6 år siden, og jeg var godt 40 år, og lige her før jul 2003 fik jeg rødt bælte.

Jeg bliver ofte spurgt hvorfor jeg fandt på det, og til det har jeg forskellige svar. Et er, at jeg godt kan lide at bevæge mig på den måde, og da jeg er næsten tonedøv og uden ret meget rytmesans, så er det det nærmeste jeg kommer på dans. Et andet er, at spørgsmålet er forkert stillet. Man burde spørge; hvorfor jeg ikke begyndte noget før. Jeg stiftede bekendtskab med sporten allerede i gymnasiet, hvor en af mine klassekammerater begyndte at dyrke det i Thisted, hvor jeg gik. Hvorfor skulle der gå så mange år? Jeg ville ned og se unge mænd bevæge sig elegant (men blev lidt skuffet, da de fleste i min klub er under 17 år). Jeg får god motion.

Ja, der er mange svar, men en af dem er ikke som den ene af mine trænere sagde under hans peptalk til mig inden seneste graduering for at kunne forsvare mig. Min angst og sandsynligheden for at blive overfaldet er simpelthen for lille til at være motiveret til at træne et par gange i ugen. Og når folk spørger, så svarer jeg at vi lærer en del selvforsvar, men det er ikke det vigtigste. Jeg skal ikke ud og kæmpe. En gang til et venskabsstævne, hvor jeg følte mig som Brian Nielsen i kamp mod Tyson (det var faktisk samme dag) er nok for mig. Jeg synes, at det er sjovt, men da jeg kronisk ikke kan skelne højre fra venstre (det må være en medfødt defekt ligesom farveblindhed), gør jeg ind imellem det, at jeg hopper til den forkerte side for et spark. I kan selv regne følgerne ud. Jeg forklarer, at vi også lærer et-skridts-kamp, men det minder mest om stuntkampe, hvor det gælder om at få det til at se godt ud. Det synes jeg også er mægtigt sjovt.

Jeg gør det heller ikke for at tabe mig. Jeg tror ikke, at det kan være en god drivkraft og har hørt en læge sige, at hvis det er eneste motivation, så kan man lige så godt lade være, for så bruger man sandsynligvis masser af negativ energi til at have dårlig samvittighed. Jeg kan da godt se på billeder fra dengang jeg begyndte, at mine kilo sidder lidt anderledes nu. Og jeg føler større velvære, er blevet lidt mere løs i ledene, så jeg nemmere kan

bevæge mig. Smididgheden er nu ikke et problem - jeg har gået til yoga før Taekwondo - og kan godt lide den smerte, en udstrækning giver. Det er den igen; jeg kan godt lide at bevæge mig på den måde.

Og så er der glæden ved at finpudse en teknik. Jeg bruger mest visualisering af modstanderen til at finpudse mine teknikker. Ikke fordi jeg forestiller mig, at jeg en skønne dag skal forsvare mig mod en fæl rocker, og hvis jeg skulle være udsat for et indbrud, mens jeg sov i min seng, håber jeg at jeg kan forestille mig og sove rævesøvn. Selvfølgelig leger jeg nogen gange med tanken om, at jeg som gammel dame banker en rocker, der overfalder mig, og at jeg derfor kommer i avisen, men det er altså ikke derfor jeg går til taekwondo.

I bogen *Tao og kunsten at vedligeholde en motorcykel* af Robert Pirzig forklares, hvorfor man skal finpudse sine teknikker. Og den er hermed anbefalet. Den var et must, da jeg i sin tid læste datalogi, men jeg kan ikke huske hvorfor, man mente at alle hovedfagsstuderende skulle læse den. Det havde vist no-get at gøre med at blive et med sit projekt for bedre at kunne løse sine opgaver. Tale med sin motorcykel, når den ikke kørte perfekt. Tale med sine programmer, når de ikke helt gjorde, som man havde tænkt sig. Det handler om en følelse i, med og af kroppen. En kropsoplevelse, der udvider ens verden. Glæden ved at bevæge sig!!

Det er i hvert fald pointen i *Tao og bueskydning* (jeg kan ikke huske forfatteren). I bueskydning skal man træne så meget, at buen bliver en forlængelse af kroppen. Det er denne oplevelse af kroppen, der leder til visdom. Den visdom vi alle søger ifølge kloge mænd og koner. I Taekwondo sparker og slår vi os vej frem til visdom. Det er jo det ordet betyder, selvom tao i vores ord er blevet til do. Do = Tao = vejen til visdom.

Så jeg dyrker Taekwondo for at blive vis, samtidig med at jeg holder mig i form på en måde, jeg kan lide.

Vivi Bak Jensen
Grindsted Taekwondo Klub

Dangraduering

1. poom

Christine Jacobsen	Skjern
Milan Ganisæn	Skjern
Stephanie Thomsen	Skjern
Jonas Villumsen	Skovlunde
Helene Lauritsen	Risskov
Kasper Larsen	Dragsholm
Andreas Christensen	Lyngby
Henriette Dalsten	Lyngby
Laurits Jensen	Frederiksb.

1. Dan

Arne Jepson	Silkeborg
Dennis Ravnborg	Silkeborg
Søren Laursen	Silkeborg
Camilla Bache	Helsing
Claus Alstrup	Helsing
Henrik Nierlsen	Høng
Karina R. Hartmann	Nørrebro
Morten Schmidt	Esbjerg
Sarah Skjerning	Skovlunde
Patrick Petersen	Dragsholm
Michael J. Andersen	Horsens
Carsten M. Hansen	Olympia
Asmus Madsen	Risskov
Jesper Christiansen	Risskov
Mark Meldgaard	Skanderb.
Jan Frydendal	Islev
Michael Pedersen	Islev
Mette B. Bendixen	Islev
Claus Christensen	Lyngby
Kristina Mie Hansen	Lyngby
Line Poulsen	Lyngby
Tonny PoulsenAalborg	
Radas Nenadaviv	Frederiksb.
Lene Abdellssamad	Vejle
Jannik V. Johansen	Vejle

2. Dan

Brian Lauring	Silkeborg
Christian Nielsen	Nørrebro
Palle Andersen	Helsing
Sarunas Lapenas	Skjern
Sansuthan Param	Brande
Kasper Pedersen	Brande
Michael Weble	Horsens
Flemming Pedersen	Olympia
Jin Lee Jørgensen	Vejle
Winnie Andre	Vejle
Lisa Lents	Rønne
Edina Lents	Herlev
Tashi Andersen	Frederiksb.
Robert Larsen	Aalborg
Anette Olsson	Aalborg
Emil Knudsen	Haderslev

3. Dan

Christian F. Andersen	Århus
Henrik Lund	Fredericia
Jens Christensen	Fredericia
Jens L. Mortensen	Silkeborg
An Van Nguyen	Olympia

5. Dan

Michael Iversen	Nørrebro
Per Løbner Kjær	Silke-

borg

Nye dommerregler fra WTF

Der er i forbindelse med VM i oktober 2003, på WTFs generalforsamling, vedtaget nogle nye dommerregler.

Ændringerne sker i et forsøg på at optimere reglerne, for at skabe en mere spændende kamp som også er interessant at se på for publikum, og med de justeringer som er sket, mener jeg også at vi er på rette vej.

De nye regler vil træde i kraft fra 1. januar 2004.

Jeg vil her prøve at opridse de største og vigtigste ændringer som er vedtaget:

1. Alle kæmpere skal bære tandbeskytter under kampen. Tandbeskytteren skal være hvid eller transparent (andre farver er ikke tilladet).
2. Det er ikke længere tilladt at skubbe modstanderen med knyttet hånd (man må slet ikke skubbe).
3. Ved uafgjort efter sidste runde, er det både hjørnedommerne og kamplederen som træffer en afgørelse om overlegenhed på baggrund af alle 3 omgange (men ud fra de samme kriterier som i tidligere regler). Der bliver ikke mere talt hvor mange omgange at kæmperen har vundet.
4. Henstillinger: Der kan kun gives en henstilling for samme forseelse i hver kamp, ved gentagelse af forseelsen skal der gives straf.
5. Tegngivningen er ændret, således at der kun er et tegn for advarsel samt et for minuspoint.
6. Kamptiden skal være effektiv, d.v.s. at ved afbrydelser under kampen f.eks. ved straf eller tælling o.lign. skal tiden stoppes.
7. Ved fald kigges der lidt mere på hvorfor kæmperen falder inden der gives straf, så der kan godt gives henstilling første gang, derefter gives der advarsel.
8. Kydse sidelinien: Også her skelnes der på tilsigtet og utilsigtet inden der gives straf.
9. Ved tælling udløses der et point.
Når tællingen er overstået peger kamplederen på tidtageren

og annoncerer chong/hong il-jrum (rød/blå et point).

10. Ved uafgjort siger kamplederen en "woo-see kiruk" hvorefter at hjørnedommerne udfylder deres overlegenhedspapir og aflevere dette til kamplederen (som også har udfyldt sit). I tilfælde af uafgjort er det kamplederens stemme som er afgørende.
11. Når kamptiden på scoreboardet er udløbet er kampen slut. Det er altså ikke længere kamplederens annoncering af "keuman" som er tegnet på slut. Der kan ikke scores når tiden er udløbet.
12. Ved strafafgivel se er det nu 4 minuspoint som er grænsen, for at man taber kampen, i modsætning til 3 minuspoint før.

I forbindelse med OL er der indført en ekstra runde ved uafgjort "sudden death". Dette er en ekstra runde, hvor der kæmpes, til en af kæmperne har scoret et point eller modtaget helt minuspoint. Dette giver nogle meget spændende kampe. Denne regel er endnu ikke indført i Danmark, men hvis den bliver vedtaget i almindelige WTF-stævner i verden, vil det blive taget op til overvejelse.

Dette er nogle af de vigtigste punkter, men vil man have et totalt billede over hvordan at dommerreglerne er i øjeblikket, så kan man gå ind på forbundets hjemmeside www.taekwondo.dk hvor man kan læse reg-



Fotograf: Jens Dige

lerne mere detaljeret, eller endnu bedre, deltage på et af de dommerkurser som afholdes rundt omkring i landet, hvor man vil gå i detaljer med reglerne.

Har man nogle spørgsmål til disse nye tiltag, er man velkommen til at kontakte dommerudvalget for nærmere oplysninger.

John Paarup
Dommerudvalget



Fotograf: Jens Dige

BMW Financial Services

Fra kun kr. 4.999,- pr. måned*, kan du lease dig til ægte køreglæde i BMW's nye 5-serie...

Leasing

BMW 5-serie



Kig ud til en af vore forhandlere eller ring til os på tlf. 70 15 15 42 og hør mere om, hvordan vi kan gøre dine drømme til virkelighed!

* Ekskl. moms, inkl. service og vedligehold ekskl. dæk, 36 mdr., 20.000 km pr. år, 15% forudbetaling

OL-kvalifikation i Paris

Så er den største sportsbegivenhed af dem alle igen på trapperne; De Olympiske Lege, som denne gang afholdes i Athen.

Sidste OL var Taekwondo repræsenteret ved Hanne Poulsen, Slagelse og Muhammed Dahmani, Holbæk.

Spændende bliver det at se hvor mange og hvem vi har med ved OL denne gang. Og med 2 OL-kvalifikationer; Verdenskvalifikationen i Paris i begyndelsen af december 2003 og Europa-kvalifikationen i Aberzadjan i februar 2004 vil spændingen snart være udlignet.

Første kvalifikation blev som sagt afholdt i Paris i dagene 4.-7. december 2003, og den danske delegation bestod af 3 kæmpere. Jesper Roesen og Zakaria Asidah, begge Rødovre samt Lisa Jensen, Viby Olympia. Lise Hjortshøj, Viby Olympia skulle også have været med, men hun pådrog sig en alvorlig korsbåndsskade i venstre knæ kort tid inden afrejsen og måtte blive hjemme.

Der var tilmeldt over 100 nationer, hvilket betød at man skulle vinde mellem 5-7 kampe før en OL-kvalifikation var i sigte. Kvalifikation var lig med medalje. P.g.a. de mange tilmeldte havde arrangøren været tvunget til at nedsætte kamptiden i alle indledende kampe til 3 x 2 min. mod de normale 3 x 3. Dette satte kæmperne under yderligere pres.

WTF havde indført Golden Round i tilfælde af at kæmperne skulle stå lige i point efter de 3 runder. D.v.s. at der kæmpes en 4. runde, hvor den kæmper der først scorer et point vinder og alternativt får et helt minuspoint taber.

Torsdag den 4. december var uden dansk deltagelse men på de øvrige 3 dage skulle der en dansker i kamp: Fredag d. 5. dec. Jesper Roesen Lørdag d. 6. dec. Zakaria Asidah Søndag d. 7. dec. Lisa Jensen

Jesper Roesen, -68 kg.

57 kæmpere var der tilmeldt Jespers vægtsklasse.

Jesper, der er tidligere dobbelt vice-verdensmester (vandt sølv ved VM i 1999 og 2001), havde en overbevisende sejr over P. Thongsalap fra Thailand på 4-2 i sin første kamp. I 16-delsfinalen ventede Kazakstans Y. Yerden. Jesper vinder 1. runde 1-0 og 2. runde slutter 0-0. Den 3. runde blev utrolig spændende. Jesper havde adskillige scoringer der ikke blev noteret og efter en række sparkudvekslinger udlignede Jespers modstander til 2-2. Hvilket var kampens resultat. De to kæmpere skulle så ud i en nervepirrende Golden Round. I begyndelsen af ekstrarunden havde Jesper et par gode forsøg

Dette var ikke noget problem for "en af i øjeblikkets verdens bedste sværvægtskæmpere".

Den danske vice-verdensmester indledte sit togt mod Serbiens D. Todorovic i 1/8-delsfinalen. Denne kamp vinder han 3-0 efter at have placeret et flot cirkelspark i serberens hoved.

I kvartfinalen ventede en betydelig sværere modstander; World Cup sølv-vinderen H. Nguyen fra Vietnam. Kampen blev utrolig taktisk kæmpet og var præget af stor gensidig respekt. Den endte 1-1 og endnu engang skulle en dansker ud i en Golden Round. Men denne gang belv det med dansk sejrherre.

Semifinalen blev mod en stærk kineser; F. Zhu - en kamp han vinder 3-0 efter en nervepirrende kamp - og Zakaria har hermed kvalificeret sig til OL. Zakaria trak sig i finalen pga krampes i det ene ben.



Zakaria Asidah på medaljeskamlen

på scoringer, men fik intet noteret, og i en sparkeudveksling efter godt et 1/2 minuts kamp fik modstanderen et point på et cirkel spark. Dermed var der exit til Jesper som må på den igen i februar 2004.

Zakaria Asidah, +80 kg

Der var tilmeldt 18 kæmpere og umiddelbart så lodtrækningen god ud, selv om man ikke kan sige at der findes lette kampe til et OL-kval. Zakaria sad over første runde og havde udsigt til en kvalifikation hvis han vandt 3 kampe.

Lisa Jensen, -67 kg.

Med 29 tilmeldte kæmpere skulle Lisa vinde 4 kampe før OL-billetten var sikret, og hun fik da en også en flot start med en sikker sejr i sin 1. kamp med cifrene 4-1 over Nigerias A. Hamsa. I 1/8-dels finalen ventede VM-bronze-vinderen fra Kazakstan, L. Nurkina. Det blev en meget lige kamp. 1. runde sluttede 1-1 og Lisa kæmpede også lige op med sin modstander i 2. runde hvor stillingen var 4-4. I 3. runde lykkedes det Nurkina at score hvorefter hun kæmpede passivt resten af kampen. Lisa forsøgte at forcere men blev ramt af nogle advarsler og måtte til sidst se

sig besejret 3-5. Lisa må nu ligesom Jesper sætte sin lid til sin præstation i Azerbadjan.

Udover Jesper Roesen og Lisa Jensen må DTaF sende endnu en damekæmper til næste OL-kva. Valget er her faldet på unge Christina Rasmussen fra Roskile.

Forfattet af:
Gitte Gregersen
v. hjælp af de udsendte pressemeddelelser

Vidste du at....

- DTaFs formand Karin Schwartz er blevet udnævnt som vicepræsident af WTF for kvindekomiteen for en 2-årig periode?
- DTaFs kamplandsholdstræner Bjarne Johansen var een af de tre nominerede til Team Danmarks sportspris "Ragnhild" i 2003? Vinderen af prisen blev afsløret under DR Sportens Sportsgalla søndag d. 28. december 2003. Bjarne fik ikke prisen, men det er en flot ære bare at være nomineret.
- Nicole Linde Jensen fra det danske Tekniklandshold bliver ny talentudviklingstræner i teknik i Øst? Der er nu 3 talenttrænere i Øst.
- Min-Ho Ahn fra det danske Tekniklandshold bliver ny talentudvik-
- lingstræner i teknik i Vest? Udover Min-Ho Ahn er der Peter Rothgardt (også tekniklandshold).
- VM-sølvvinderen Zakaria Asidah fra Rødovre har kvalificeret sig til OL?
- VM-bronze-vinderen Lise Hjortshøj fra Olympia også skulle have deltaget i OL-kval. men at hun fik en alvorlig skade inden afrejsen og nu kan se frem til operation og en længere pause?
- næste OL-kval. ligger i februar og at Jesper Roesen, Rødovre, Lisa Jensen, Viby Olympia og Christina Rasmussen, Roskilde skal forsøge at kvalificere sig?
- DTaF mangler en arrangør til forbundets officielle sommerlejr?

Ny Tekniklandshold udtaget

Traditionen tro udtog landsholdsledelsen i Teknik et nyt landshold i forbindelse med afholdelsen af de danske mesterskaber i disciplinen. Den nye landsholdstrup 2003/04 ser således ud:

Herrer:

Ky Tu Dang, Rødovre
Kim Drube, Rødovre
Mark Lee Larsen, Skanderborg
Min-Ho Ahn, Ålborg
Peter Kristensen, Ballerup
Claus Thomsen, Ballerup
Khoa Dang Ngo, Viby
Peter Rothgardt, Århus
Emil Knudsen, Haderslev
Bjarke Larsen, Herning
Tobias Jessen, Skive

Tilbage efter 1 års pause

Damer:

Randi West Hansen, Ballerup
Trine Jørgensen, Ballerup
Nicole Linde Jensen, Østerbro
Kamilla Kierstein, Bellinge
Lisa Lents, Rønne
Edina Lents, Rønne
Maria Latkovic, Herlev

Nyudtagelse

Truppen er en bruttotrup. Hvilke discipliner de forskellige udøvere er udtaget i vil blive meddelt dem på en samling i 2004.

Gitte Gregersen
Redaktør

AKTIVITETSPLAN

20.03.04	DM i kamp, Vejle
03.04.04	Talentstævne, Teknik Skanderborg
4.-9.05.04	EM i kamp, Norge
15.05.04	Danish Open i Teknik, Kolding
22.-23.05.04	Danfortræning, DTaF Skive
05.06.04	Begynder/talent Cup Roskilde
Juni 2004	Junior VM, Korea
03.07.04	Dangraduering, DTaF LEDIG
03.-10.07.04	DTaFs Sommerlejr LEDIG
21.08.04	Wonderfull Copenhagen, København
26.-29.08.04	OL, Athen
18.09.04	Begynder/talent Cup, Brande
02.-03.10.04	Danfortræning, DTaF Skive
16.10.04	JM i Teknik, Skanderb.
23.10.04	SM i Teknik, Hvalsø
06.11.04	Begynder/talent Cup Esbjerg
13.11.04	Scan. Open, kamp og Teknik, Århus
21.11.04	Dangraduering, DTaF LEDIG
27.11.04	DM i Teknik, LEDIG
22.01.05	Begynder/Talent Cup, Roskilde
12.02.05	JM i kamp, LEDIG
19.02.05	SM i kamp, LEDIG

Talentudvikling i kamp

Med denne artikel ønsker vi i talenttrænergruppen at informere forbundets medlemmer om Talentudvikling i Kamp.

I forbundet indså man for nogle år siden, at det var nødvendigt med et talentudviklingsarbejde, hvis man også i fremtiden skulle sikre et højt kæmperniveau. Der har aldrig været tvivl om, at vi i de senere år har fået et af de bedste kamplandshold, som der nogensinde har været i Danmark, men netop derfor er det ekstra vigtigt med en satsning på fremtidens kæmpere, således, at der er nogen til at tage over, når nutidens stjerner takker af.

Talentudvikling i Danmark er opdelt i to regioner, Øst og Vest, som træner i henholdsvis Viby Olympia i Århus og Elitecenteret i Farum på Sjælland. Vi er 4 talenttrænere, som er tilknyttet holdet, hvor Abror Haider og Imran Rashid varetager træningen på Sjælland (Talent Øst), mens Ruth Nissen og Anders Østergaard står for Talent Vest.

Der trænes en gang i ugen, og i skrivende stund er der i alt omkring 20-35 kæmpere nogenlunde ligeligt fordelt på begge regioner. Formålet med talentholdet er som nævnt at få udviklet og klargjort de kæmpere, der har potentiale til at komme på landsholdet indenfor en overskuelig fremtid. Det, at alle trænerne selv har en fortid på landsholdet gør, at vi ved præcis hvilke ting, der kræves såvel fysisk som psykisk af en kæmper, hvis denne vil gøre sig gældende indenfor toppen af sin sport.

I starten af hver sæson udarbejder Amir Rashid, der er Juniorlandsholdstræner og talentkoordinator en sæsonplan, som indeholder de stævner, træninger og weekendsamlinger, som det forventes, at talenterne skal deltage i. Dette betyder, at talenterne allerede på et tidligt tidspunkt er nødt til at tilrettelægge sin hverdag efter de aktiviteter, der har med Taekwondo at gøre. Denne seriositet omkring pasning af sin træning er også et vigtigt element, som indgår i vurdering af udtagelse til landshold, indstilling til økonomisk støtte ved stævner o.s.v.

Herudover er det sociale element også højt prioriteret på talentholdet, da ingen når til tops alene uden at have et godt kammeratskab



kampsituation fra dette års Nordiske Mesterskaber hvor flere af de danske talenter deltog

og nogle dygtige mennesker at træne sammen med. Vi mener også, at det er ekstremt vigtigt med en tæt kontakt både til klubtrænerne og forældrene, da vi ved, hvor vigtig opbakningen fra disse mennesker er, hvis satsningen skal bære frugt.

Landsholdstrænerne, Bjarne Johansen og Stig Kramer, indgår også i et tæt samarbejde med talenttrænerne, så der bliver en rød tråd hele vejen igennem talentudviklingen op til træningen på landsholdet. Talentholdet deltager derfor også ved flere stævner sammen med landsholdet netop for at der kan blive skabt et godt socialt miljø, og så man kan se eliten i aktion.

Talenterne inddeles på samme måde som landsholdet i nogle forskellige kategorier, nemlig A-, B- og C-kæmpere, hvilket bl.a. afspejler kæmpernes resultater og seriositet. Således er A-kæmperen den kæmper, som vi indenfor kort tid kan se enten på landsholdet eller udtaget til Junior-VM eller -EM. C-kæmperen vil være den nye kæmper, der har talentet, men stadig er i gang med at få udviklet sit potentiale. Denne indplacing, der løbende revurderes, danner grundlag for udtagelser, økonomisk

støtte m.m., men skal igen også ses som en måde at tilvænne kæmperne de forhold, som der findes på landsholdet.

For juniorerne er talentholdet også det hold, hvorfra der til store mesterskaber, VM og EM, udtages kæmpere, der skal repræsentere Danmark. Det er så juniorlandsholdstræneren Amir Rashid, der i samarbejde med talenttrænerne laver disse udtagelser.

Det at være på talentholdet indebærer altså, at man træner en gang om ugen sammen med de andre talenter, at man deltager ved de stævner, der er i løbet af året, samt at man er seriøs omkring sin indstilling til sporten og passer sin træning hjemme i klubben. Det skal heller ikke være nogen hemmelighed, at man meget gerne må have ambitioner om at nå helt til tops. Kun den ambitiøse indstilling kombineret med lysten til at yde det, der skal til, giver resultater i den sidste ende.

Proceduren omkring optagelse på talentholdet er således, at klubtrænerne kan kontakte os talenttrænere og indstille deres kæmpere til talentholdet. Herefter vurderer vi dem til

Bryllup

Lørdag den 11. Oktober blev Viby Olympias stifter og chefræner Bjarne Johansen gift med Hildegunn Lyngfjell.

Den meget smukke vielse fandt sted i Viby Kirke, hvor Bjarne i sin tid også blev konfirmeret.

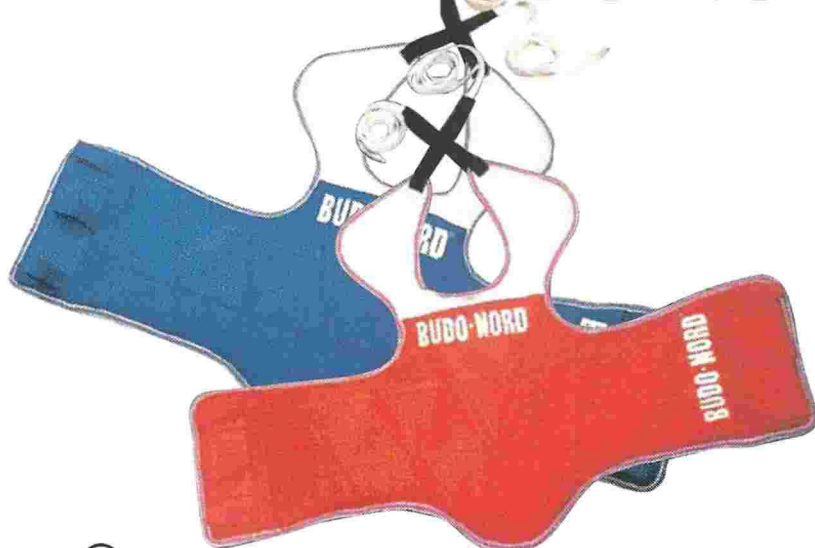
Det var en flot ceremoni, hvor brudeparret strålede omkap med oktobersolen udenfor.

Den efterfølgende fest blev holdt i Loungen ved Vejlbj Risskov hallen. Et perfekt sted med stor spise sal og tilstødende lokaler. Maden blev leveret af kokken Jimmy Jensen der er tidligere elev af Bjarne. Det var en meget fin og lækker menu Jimmy havde strikket sammen, og der var ikke sparet på noget.

Maden blev fint serveret af Cecilie, Loi, lam, Mark og Charlotte der måtte rende hurtigt for at fylde vinglas op og hente vandkander. Sjældent er der blevet sagt så mange fine ord og holdt så mange flotte taler som på denne dag og aften. Efter maden blev der dækket op til kaffe og kage i de tilstødende lokaler. Sjældent er der blevet set så meget kage, og der var da også kage til flere uger efter den sidste havde givet op. Mens der blev drukket kaffe og cognac blev festsalen dækket om til dans og fest. Musikken blev fint leveret af et liveband. Til natmad havde Master Choi og hans kone Lavet koreansk buffet. Klokken nåede at blive over 4 inden de sidste gik hjem og alle, ikke mindst brudeparret, var enige om at det havde været en fantastisk dag og aften.



NY MODEL KAMPVEST FRA BUDO NORD



Vendbar kampvest ifølge WTF's regler. Perfekt pasform. Afgiver minimal lyd ved træf på vesten. Speciefyldt med indsats som fordeler kraften fra slag og spark optimalt. Godkendt til konkurrencer af Dansk TAEKWONDO Forbund. Str. XS - S - M - L - XL

Pris kr. 399,00



CH TRADE Gl. Hastrupvej 3 4600 Køge
Tlf. Direkte nr. 21 45 87 56 el. 56 63 87 75

Mail adresse: chtrade@adslhome.dk • Web-shop: www.chtrade.dk



Talentudvikling i kamp

en prøvetræning eller ude til stævnerne, og beslutter om de kan komme på talentholdet. Men er man selv en interesseret kæmper, skal man ikke holde sig tilbage og bare kontakte os for at høre nærmere om ens muligheder.

Hvis dette har vakt din nysgerrighed eller hvis du har yderligere spørgsmål, så ring til en af os trænere og få svar.

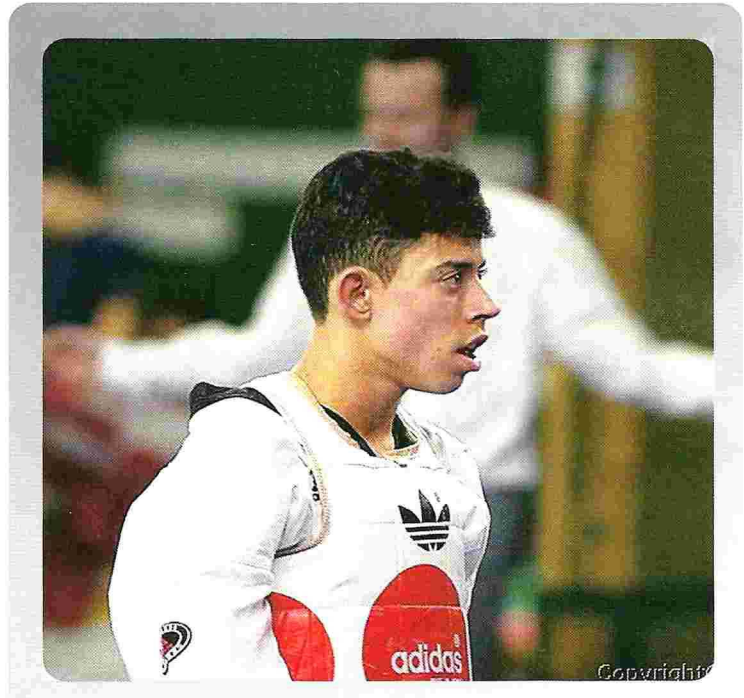
Vi glæder os til at høre fra dig.

Anders Østergaard Ruth Nissen
tlf. 21757560 tlf. 26138433

Abror Haider Imran Rashid
tlf. 26138433 tlf. 20772055

Tekst til billed:

Tipo Jensen, Gladsaxe Taekwondo Klub er på Talentudvikling Øst og har været det i snart et par år. Han er en af de kæmper talenttrænere har meget store forventninger til. Han har lige her i januar vundet de Nordiske Mesterskaber og blev desuden kåret som bedste junior-fighter.



Royal hæder til Khoa Dang Ngo

Onsdag den 26. november uddelte Hendes Kongelige Højhed, Prinsesse Benedikte Hydro Texacos eftertragtede Idrætslegat til 11 specielt udvalgte sportstalenter i alderen 16-24 år. Det var 28. gang legatet blev uddelt og det er til brug for de unge sportsudøvers fremtidige karriereudvikling.

Den kongelige gaveregn blev uddelt til 11 sportsudøvere, som var udvalgt af en komite bestående af tidligere verdensmester i femkamp Eva Fjellerup, tidligere dansk mester i gymnastik Henrik Bertelsen og generalsekretær i DIF Karl Chr. Koch.

De 11 idrætsudøvere fordelte sig på 10 forskellige idrætsgrene, heriblandt Taekwondo. Fællesnævneren for de unge idrætsudøvere er stort talent, stor ildhu og flotte resultater.

Khoa Dang Ngo, Viby Taekwondo Klub, som er på det danske Teknisklandshold modtog - som 8 andre - kr. 15.000 mens et danse-par til sammen modtog kr. 25.000. Khoa regnes en stor fremtid indenfor Teknik-disciplinen.

Listen af tidligere legatmodtagere rummer en stjerneparade af internationale stjerner, bl.a. Thomas Bjørn, Eva Fjellerup, Kristian Pless, Camilla Martin, Mads

Larsen, Kenneth Carlsen og Mette Jacobsen.

forfattet af Gitte Gregersen med

hjælp fra Hydro Texacos pressemeddelelse.



En strålende oplagt Prinsesse Benedikte overrakte en check på 15.000 til Khoa Dang Ngo, Viby Taekwondo Klub. Foto: Sports Foto

Nordisk Mesterskab 2004

Finland var vært for det første Nordiske Mesterskab med både kamp og teknik på programmet.

En lang rejse lå forude for de ca. 60 danskere (kæmpere, teknik-udøvere, dommere og officials) der torsdag eftermiddag 22. januar 2004 satte kursen mod Finland i bus for at deltage ved de Nordiske Mesterskaber i kamp/teknik. Først fredag d. 23. januar 2004 ved midnatstid nåede man frem til bestemmelsesstedet; en olympisk landsby bestående af hotel og idrætshaller.

Turneringen.

Lørdag den 24. januar 2004 stod i kampens tegn krydret med 5 teknik-discipliner mens søndagen var ren teknik-dag. Dette betød at hallen sydede af stemning lørdag men at søndag var en tam oplevelse sammenlignet med lørdag da kun teknik-udøvere var tilstede. Noget man bør tage til efterretning med henblik på næste års NM.

Resultat - Teknik.

De danske Teknikudøvere knuste et hvert forsøg på modstand fra de andre nordiske lande. 11 guld, 5 sølv og 2 bronze, ialt 18 medaljer ud af 21 mulige (og med samtlige danskere i finalen) blev resultatet, hvilket indbragte Danmark titlen som mest vindende nation, samt begge trofæer for bedste poomse; på herre-siden Min-Ho Ahn og på dame-siden Nicole Linde Jensen. Som en dansk kæmper sagde "for mig at se er det der lidt ligesom at tage slik fra børn".

Resultat - kamp.

De danske kæmpere blev 2. mest

vindende nation efter Finland med en medaljehøst på: 7 guld, 9 sølv og 5 bronze. Desuden blev Jesper Roesen kåret som bedste senior-fighter og Tipo Jensen bedste junior-fighter.

Dommerne.

Jeg tror ikke der findes et mere utaknemligt job i DTaF end at være dommer, og jeg tænker både på teknik og kamp. Lad os bare starte med kampen. Der vil altid være diskutabile afgørelser til et kampstævne, og det var der også ved NM - det kan være fortolkning af dommerreglerne, det kan være en af de dumme situationer hvor en dommer skal tage en hurtig beslutning om hvad der lige er sket, det kan være øjnene der ser (her tænkes på sekundant og dem der holder med den respektive kæmper) o.v.s. Men tro mig på mit ord når jeg siger "det er ikke nemt at være kamp-dommer". Desuden gik der utrolig lang tid inden pointene fremgik af det elektroniske scoreboard og det var derfor svært at følge med i hvor mange af scoringerne der gav point - men det var ikke dommernes skyld - til gengæld var der stor uenighed blandt dommerne om hvor nemt det skulle være at score et point. Men det oplever vi jo også herhjemme.

I Teknik blev der heldigvis kåret de rigtige vindere - skulle man endelig kritisere noget må det blive den lille pointafstand der var mellem de gode



Anders Carlsen (blå) i aktion

og de dårlige. Hvis man forstiller sig at niveauet var sådan at de dygtige udøvere fik de rigtige point så fik hovedparten af alle de andre for meget!!!!

Rammerne.

Var udmærkede. Der er ikke noget at kritisere på hverken beboelsen, maden eller hallen, som iøvrigt lå i gå-afstand i forhold til hvor man boede.

Desuden lå den olympiske landsby ude i den finske ødemark som gjorde at vi alle kunne nyde den smukke sneklædte natur.

Hjemturen.

Var lige så lang som rejsen til Finland. Der var afgang søndag over middag og bussen var i Jylland mandag aften ved 19.00-tiden. Færgeturen søndag aften var en værdig afslutning på en god og hyggelig tur - og de to landshold blev rystet lidt sammen.

Meninger om NM.

Kampdommer Anders Buch-Larsen

Synes at ideen om et NM med både kamp og teknik umiddelbart virker som en god ide. Som dommer giver det nogle afbræk i løbet af dagen. For publikum som helhed



De danske deltagere gør klar til indmarch

Nordisk Mesterskab 2004



Det danske hold søndag inden afrejse

tror jeg at det er godt, fordi man får indsigt i begge konkurrence-discipliner. Tror måske at det også vil være en god ide at indføre denne type stævne i Danmark - men kun vedr. DM - da DM i kamp jo efterhånden er blevet med færre og færre deltagere.

Teknikdommer Jørn Kempel

Jeg synes at ideen med at holde et NM for både kamp og teknik er en rigtig god ide. Det er bare ikke en god ide at den ene dag er kun teknik. Jeg mener at der skal være både kamp og teknik begge dage.

Teknikudøver Peter Rothgardt

Der er både fordele og ulemper ved et sådant NM. Umiddelbart vil jeg sige at fordelene er: 1) mere indsigt i den anden konkurrence-disciplin, 2) vi lærer det andet hold at kende, 3) det bliver mere socialt, 4) kan give inspiration. Det har det gjort i mit tilfælde - jeg har fundet ud af at jeg vil være kampdommer. Jeg kan komme i tanke om to ulemper: 1) Stævnet bliver længere, 2) grupperinger pga to forskellige taekwondo-verdener.

Men jeg er for denne type NM netop fordi det er dobbelt. Jeg føler at nogle af kæmperne har givet tekniken en form for accept i løbet af denne weekend.

Kæmper Tipo Jensen

Turen har været hyggelig og det har været rart at lære de andre at kende, men mentalitetsforskellen er meget tydelig - vi kæmpere forbereder os på en helt anden måde end teknikkerne gør.

14 Det er første gang jeg har set et teknik-stævne, sådan rigtigt.

Det var underligt at se, at det danske hold også heppede på deres modstandere.

Kæmper Christina Rasmussen

Jeg synes ikke at der har været den store forskel på den her tur i forhold til de tidligere selv om den har været atypisk da vi har været to konkurrence-grupper der skulle fungere.

Jeg har fået indsigt i Teknik som jeg kun kendte af navn og udseende. Der har været grupperinger på turen, hvilket er logisk, der er trods alt tale om to mentaliteter og to verdener. Men det gør ikke noget.

Tekniklandsholdstræner Henrik Frost

Jeg synes at det er genialt at man blander det - det giver alsidighed - men jeg har dog fundet stævneafviklingen skæv eftersom teknikken sættes på som små pauser lørdag og på alene søndag. Søndag var en tam oplevelse da der ingen publikum var. Jeg finder det meget bedre at begge discipliner er på begge dage - hvis da ellers der er kampe til det.

Jeg synes at det er fint at et NM i Teknik får en chance men på længere sigt er der nødt til at være nogle flere deltagere hvis vi skal have noget udbytte ud af det. Der har været afholdt et møde her nede fredag. Her har man besluttet at hver nation må stille med 3 deltagere i hver gruppe - men højst to fra hver land kan få medalje. Det er også besluttet at deltagerne må have helt ned til 4. kup. Der er også kup-bærere med denne gang, men de er med på dispensation. Jeg er tilfreds med resultatet. Tekniklandsholdet vinder guld i samtlige

grupper hvor der er landsholdsdeltagere. Så medaljemæssigt er der ikke noget at klage over. Dog skal der pudses lidt af her og der.

Synes det har været sjovt at turen var blandet - jeg tror jeg har hele holdets ord for det.

Jeg har ikke været med kæmpere på tur siden US Open i 1996 og jeg kan se at det her er et helt andet hold. Her er ingen fraktioner men harmoni blandt kæmperne, og det har været en positiv oplevelse.

Juniorlandsholdstræner Amir Rashid

Det har været en sjov tur - det er altid sjovere når man er mange. Teknikkerne er nogle "hyggelige fætre" som har medbragt en masse positiv stemning som ikke har kunnet undgå at smitte af på os. Har også været interessant at opleve teknik - det ser vi ikke så tit. Resultatmæssigt har det generelt været udmærket på senior-siden. Enkelte har skuffet og nogle få blev berøvet deres sejr af dommerne. Men stort set vandt dem vi havde regnet med ville vinde. Med hensyn til juniorerne er jeg utilfreds fordi det bar præg af at de ikke havde forberedt sig ordentligt - lige med undtagelse af Tipo Jensen fra Gladsaxe.

Gitte Gregersen
Redaktør

Kampelitetrænerkursus

Den 24. og 25. april 2004 afholder DTaF Kampelitetrænerkursus i Elitecenteret i Farum.

Instruktører:

Landsholdstræner Bjarne Johansen
Ass. træner Stig Kramer
Juniorlandsholdstræner Amir Rashid

Formål:

At uddanne og dygtiggøre klubbernes kamptrænere, så det generelle niveau i Taekwondo kamp løftes, og derved skaber et bredere rekrutteringsgrundlag for talentudviklingen.

Målgruppe:

Klubbens kamptrænere.
Alle klubber kan deltage.

Yderligere oplysninger udsendes i marts måned.

Lars Gregersen
På vegne af Eliteidrætsudvalget

Leder - fortsat

jer allesammen tak for den tid I har måtte trækkes med mig. Det har været 4 spændende år med både indtægter og udgifter til mit indre livsregnskab. Udgifterne kunne jeg nu godt have været foruden, men når nu tallet på bundlinien er positivt, så har det været det hele værd!!

Forude venter nu en familieførelse, som vi her i hjemmet glæder os vanvittigt til..... og mon ikke sådan en lille størrelse nok skal holde mig i kampform? :o)

Karin Schwartz
Formand for DTaF

MRK Sport • Alt til taekwondo • MRK Sport



Adidas hjelm 435,-

NYHED: Adidas kampvest. Ny model. Vendbar rød/blå 519,-



Adidas benbeskyttere. Ny model der ikke drejer sig på benet. Rød eller blå 329,-

Adidas armbeskyttere. Ny model der ikke drejer sig på armen. Rød eller blå 299,-



Adidas 2000
Str. 37-46
499,-



Adidas Champion
Str. 32-47
450,-

MRK Sport

Langøvænget 45
8381 Tilst
20636385 / 86242449
salg@mrksport.dk
fax 86243349

Adidas Adichamp
599,-



Taekwondo udstyr i topkvalitet

Nyt direkte tlf.nr: 21458756

- 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. 169,00



Sko, 32-46 kr. 269,00



Vendbar kampvest, XS-XL kr. 399,00



Taske kr. 269,00

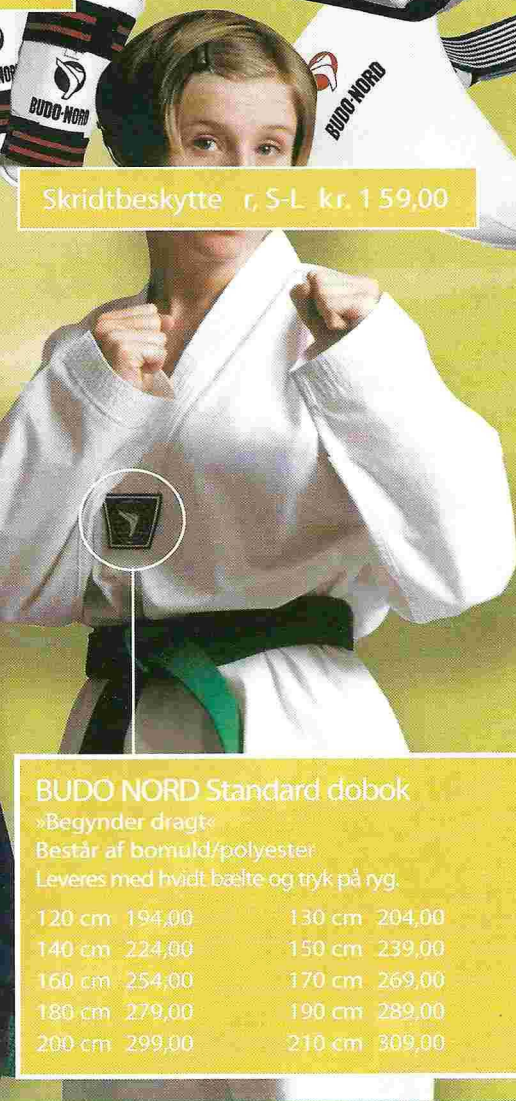
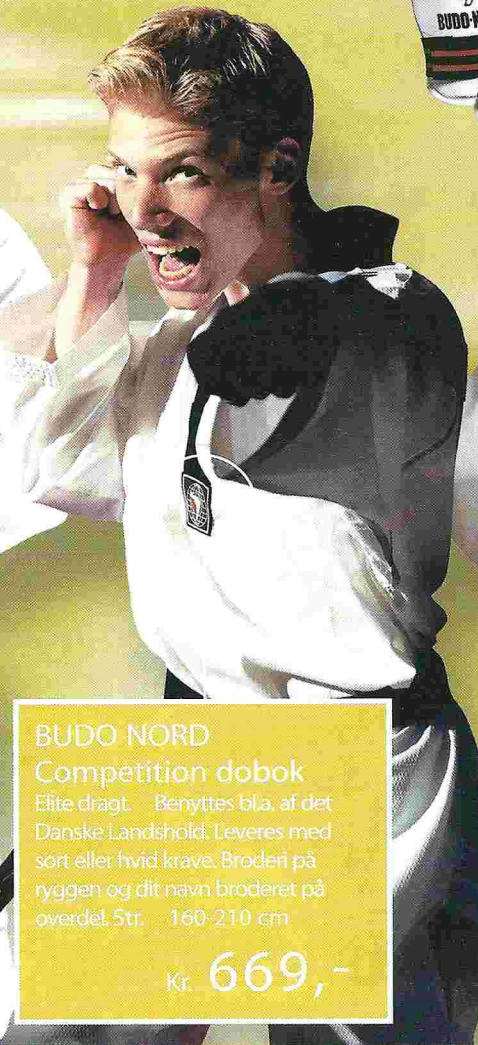
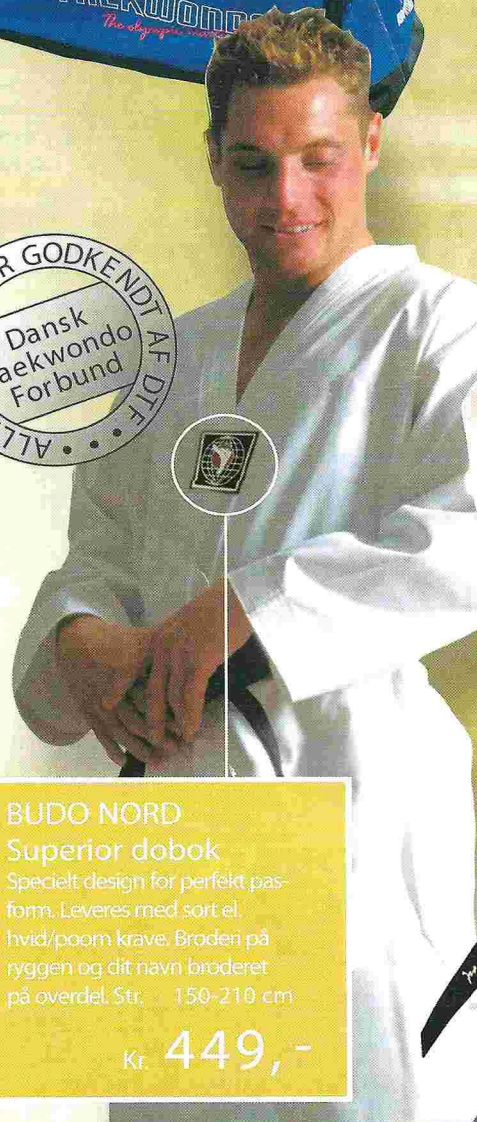


Benbeskytte r, XS-L kr. 209,00
Armsbeskytte r, S-L kr. 189,00



Hjelm, S-XL kr. 398,00

Skridtbeskytte r, 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 bla. 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

