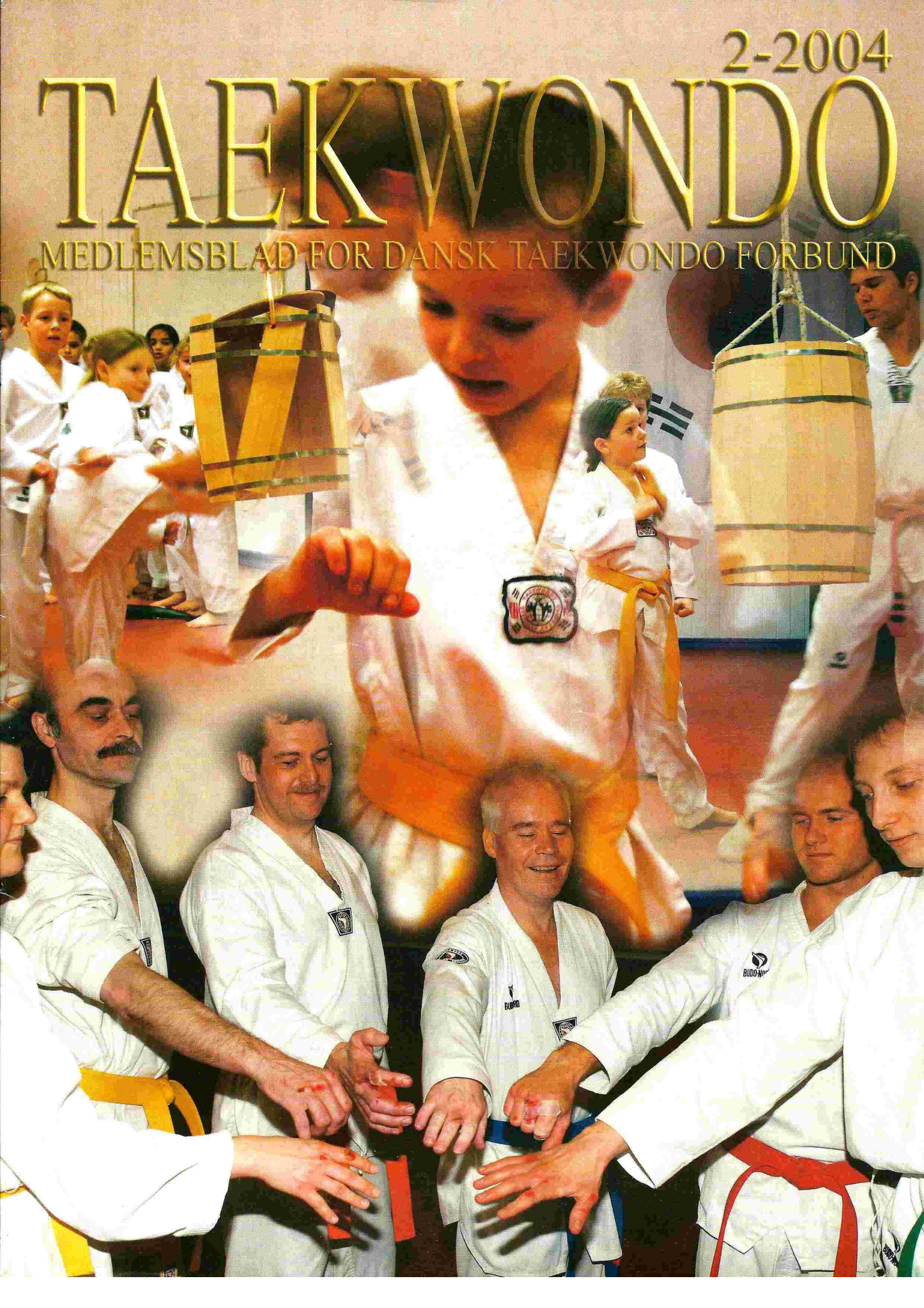


2-2004

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 bla-
dets holdninger.

Indlæg hvor forfatteren ønsker at
være anonym accepteres ikke. Re-
daktøren 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. 3-2004:

Annoncer og indlæg:
30. juli 2004

Layout Repro og Tryk:

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

Oplag:

5.000 eksemplarer

Forside:

Tøndeslagning i Ballerup TKD Klub i
forbindelse med fastelavn.

Fotograf: Jan Teller, Jesper
Petersen, Claus Thomsen



Kære Taekwondo-læsere

Det årlige Repræsentantskabsmøde blev afholdt den 17. april 2004 i Roskilde. Karin Schwartz valgte efter 4 år som leder af DTaF at stoppe. Karin har arbejdet hårdt i de 4 år; Hun har fået mange projekter sat i gang, og mange er gennemført/i gang. Det synes jeg, at vi skal være rigtige glade for. Tak for det, Karin!

Et af Karins projekter var HHR-projektet. På Repræsentantskabsmødet blev den færdige rapport fremlagt af Tom Jensen (DIF) og Bjarne Overgaard (Team Danmark). Hovedbestyrelsen havde forinden Repræsentantskabsmødet udvalgt 5 projekter ud fra HHR-rapportens mange anbefalinger. De 5 projekter er:

1. Mønsterklubben/"Slip bæltet og bliv foreningsleder".
2. Netværksdannelser
3. Strategiplan
4. Organisationsplan
5. Værdiproces

Det er jer medlemmer, som skal være med i projekterne!!! Allerede 13. maj er der **Kick off** møde i Odense, hvor vi håber, at rigtigt mange interesserede vil møde op.

HHR kommer til at danne grundlag for en hel del af de satsningsområder, der sker i DTaF i 2004, og jeg vil som formand spændt følge - og følge op på de 5 projektgrupper.

En del af min tid vil også blive brugt til at tage kontakt til klubber, enkeltpersoner, interesseorganisationer

i DTaF, blive ved med at styrke det gode forhold til DIF og Team Danmark samt at styrke det internationale samarbejde gennem et nyoprettet "Internationalt udvalg".

2004 er også året hvor der afvikles: **EM i Kamp** i Norge Primo maj **Junior VM i kamp** i Korea medio juni. Ved samme stævne er der arrangeret **Prøve VM-Teknikstævne** (DTaF sender selvfølgelig udøvere afsted). **Generalforsamling i WTF** medio juni, hvor der skal vælges en ny formand. Valget står pt. mellem 2 kandidater (1 fra Europa og 1 fra Korea). DTaF sender Torben S. Hansen til generalforsamlingen.

OL i Athen: Jesper Roesen og Zakaria Asidah har et hårdt træningsprogram foran sig inden det går løs i Athen sidst i august.

Herfra ønskes alle kæmpere held og lykke i ovenstående stævner.

Sommerlejren, der er arrangeret af Rosengård Taekwondo Klub på Fyn kom heldigvis på plads i sidste øjeblik. Tak til Rosengård Taekwondo Klub for initiativet og arbejdet bag! Støt arrangementet, få en god oplevelse og mød nye Taekwondo-udøvere.

Jeg vil slutte denne gang med håb om, at I får trænet en masse god Taekwondo. Jeg og resten af HB vil i hvert fald gøre vores til at udvikle DTaF til gavn for Jer og klubberne.

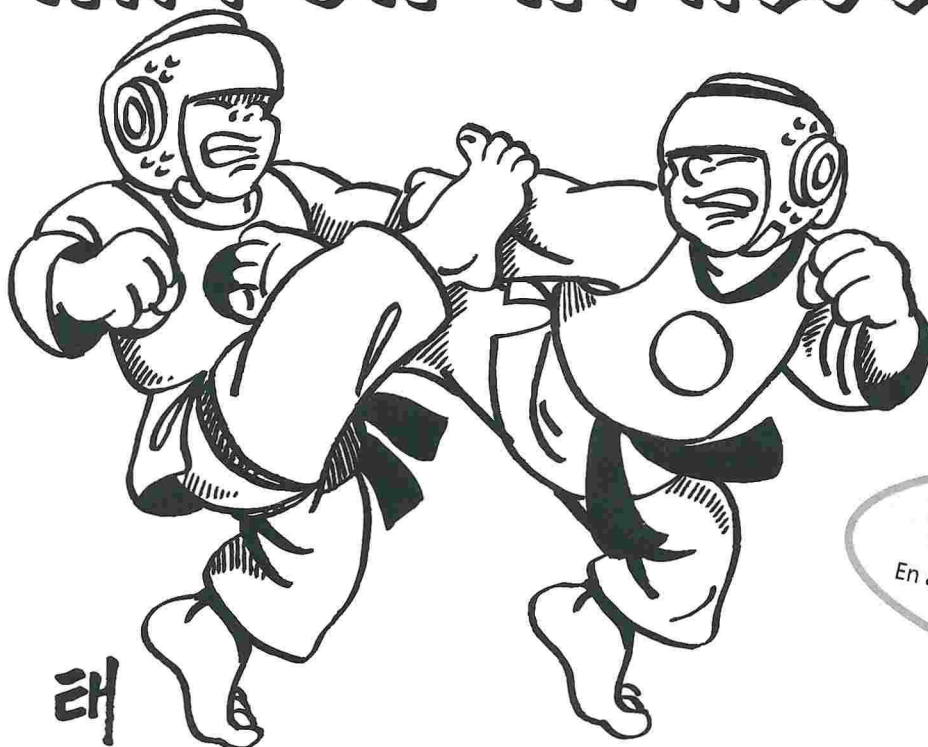
Rigtig god sommer.

Med sportslige hilsner

Søren Holmgaard Knudsen
Formand

NIPPON-NYHEDER!

ATAK®



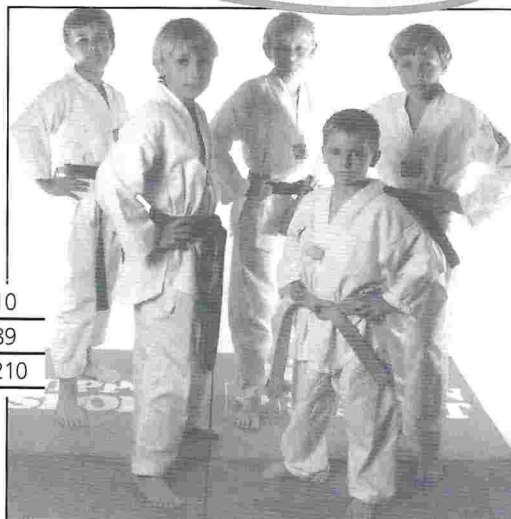
Nippon Sport har et stort program til Taekwondo

og gennemprøvet - fra begynder til elite-niveau.

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

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

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



태권도

ATAK® DOBOG ★

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

TRÆNINGS-UDSTYR

SKRIDTBESKYTTER

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

SKRIDTBESKYTTER

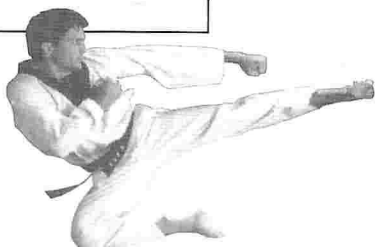
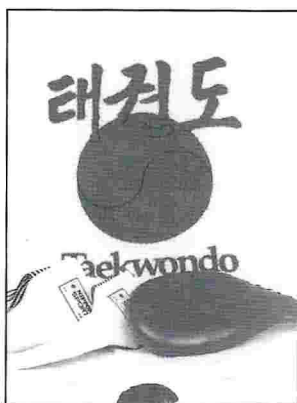
Dame, One-sizekr. 149,-

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

Gjorde det ondt?

I DTaFs medlemsblad nr. 4/2003 skrev jeg om, hvordan man kunne bruge lav blokering og én hånds bjerg blokering. Beskrivelserne afveg en hel del fra de måder, som der oftest bliver undervist i teknikkerne på. I denne artikel vil jeg beskrive to andre teknikker, nemlig høj blokering og tong milgi, som er teknikken fra klarstanden brugt i poomse koryo.

Disse teknikker er udvalgt, så der både er noget af interesse for folk, som har trænet i kort tid samt for udøvere med flere års træning bag sig. Det er med vilje, at jeg ikke kalder teknikkerne for en "begynder teknik" og en "avanceret teknik". Hele pointen med denne artikel er nemlig at afmystificere brugen af teknikkerne, og hvis det lykkedes, er der ikke noget som helst avanceret over nogen af teknikkerne. I så fald kan begge teknikker for så vidt trænes af begyndere.

Hvis taekwondo skal virke som selvforsvar, giver det ikke mening at vurdere taekwondo-udøvere ud fra, hvor mange eksotiske teknikker de kan fremvise. Det giver derimod god mening at vurdere, hvor dygtig en udøver er ud fra, hvor godt han/hun kan anvende teknikkerne, og det er vigtigt at huske dette i ens træning.

En anden vigtig pointe er, at der ikke er nogen grund til at tro, at der findes en endelig facitliste for, hvordan teknikkerne skal anvendes. Når høj blokering vises som beskrevet nedenfor, så betyder det ikke, at det er den eneste måde, som høj blokering kan bruges på. Det betyder for så vidt heller ikke, at jeg altid ville bruge høj blokering som forsvar mod det viste angreb. Når jeg har valgt at vise det på denne måde, er det fordi, det virker væsentligt bedre end den måde, som høj blokering normalt anvendes på (uden at ændre særligt meget på bevægelserne). Om du som læser er enig i, at det virker bedre, bør du afprøve i praksis (det er fordelene ved fremgangsmåden: man behøver ikke tro på, at det måske/måske ikke virker. Man kan afprøve og eftervise det i praksis), og når du afprøver det, så finder du måske andre effektive måder at anvende teknikken på.

Eksempel 1: Høj blokering (eolgul makki)

4 Høj blokering hører som be-

kendt til blandt de tre første blokeringer, man lærer, når man starter på taekwondo. Det interessante er her, at sortbælter træner teknikken på præcis samme måde som begyndere gør: Op og ned af gulvet med høj blokering i lang stand. Det er meget sjældent, at høj blokering bruges i one-step eller andre former for parvis træning, og høj blokering betragtes ofte som et forsvar mod et nedadgående slag ovenfra mod ens hoved. Det er synd, og træningstiden kan godt bruges mere fornøftigt:



1. modstanderen tager fat i dig ca. midt på kroppen. Det kan f.eks. være for at holde dig, for at slå dig med den anden hånd eller begge dele på en gang. Dette er udgangspunktet for træningen af høj blokering.

På billedet ovenfor står forsøgspersonerne stille, så man kan se, hvad de laver. Til træning bør man bevæge sig, angriberen bør hive i bæltet, true m.m. så man vænner sig til at træne timingen af sit forsvar.

(Hvis modstanderen i stedet havde taget fat længere oppe ved kraven, ville midterblokeringen o.l. have været bedre).

2. For at komme fri bruges nu høj blokering, som består af tre bevægelser: Gå frem med højre ben (så vægten flyttes sammen med højre hånds bevægelse), lav kontra med venstre hånd og træk højre hånd ned mod hoften.

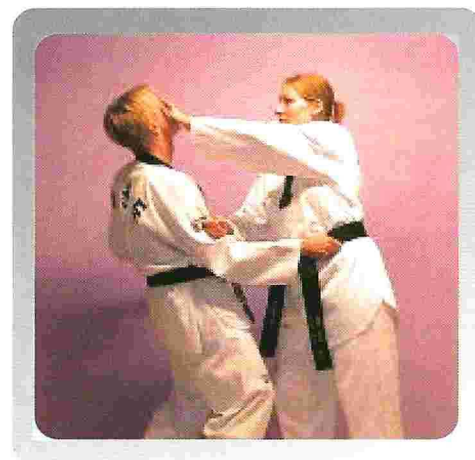
Det er her interessant at bemærke, at dette nøjagtigt er den normale udførelse af høj blokering: Der blokeres over foreste ben, der trækkes kontra før selve blokeringen udføres, og blokeringen (i dette tilfælde højre hånd) bevæges på ydersiden af kon-

tra hånden (venstre hånd).

Det er ikke i alle klubber, at blokeringshånden hører på ydersiden af kontra hånden, men som det fremgår af næste billede, er det den eneste måde, som teknikken virker på (prøv selv).

3. Brug nu kontra hånden til at stikke efter angriberens øjne, så han mister orienteringen. Du kan evt. også stikke mod struben, men det skal typisk være hårdere og dybere, før det virker (prøv selv), derfor bruges stik mod øjnene her. Fingerstikket vil samtidig stoppe angriberen i at bruge sin frie hånd og beskytte dig mod skaller.

Samtidig med fingerstikket hamrer du din blokeringshånd lige ned i angriberens højre underarm så tæt på albueleddet, som du kan komme det. Husk at lægge vægt bag og forestil dig, at du skal gennem armen helt tilbage til din hofter. Hvis ikke det gør ondt på angriberen, slår du slet ikke hårdt nok - læg mere vægt bag.



4. Kontra bevægelsen (som viste sig at være både en afledningsmanøvre og et slag/frigørelse) er nu færdig og fortsætter direkte i selve blokeringen: Højre hånd/arm føres opad, mens venstre trækkes tilbage til hoften.

5. Venstre hånd griber fat i angriberens højre arm. Selvom du gerne vil have ham til at slippe, så er det ikke lige gyldigt, hvornår han slipper, og hvis du holder fast i hans hånd/arm ved du, hvor den er, og han vil have svært ved at bruge den.

Samtidig rammer din højre arms høj blokering på siden af angriberens hals. Dette er ret smertefuldt, og man skal ikke slå ret hårdt for at

Gjorde det ondt?

slå angriberen ud. Husk at bruge hofterne til at forstærke bevægelsen.

Hvis du slår hårdt nok, vil angriberen blive blød i knæene, og det vil være et godt tidspunkt at komme væk på. Ellers kan der følges op med knæ, flere slag o.l.



Eksempel 2: Tong milgi ("skubber tønde")

Tong milgi er en sjov og noget misforstået teknik. I mange år har jeg selv trænet den udelukkende som del af en klarstand, en koncentrationsøvelse og lignende. Sådan vil de fleste instruktører også forklare den, hvis man spørger, og man bliver ikke klogere af at kigge i div. taekwondo-bøger.

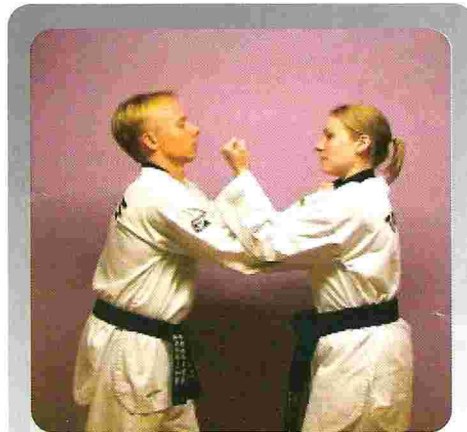
Før vi går videre til eksemplet skal man huske, at den måde, som tong milgi udføres på i poomse koryo, er meget stiliseret. Det er kendetegnet for mange taekwondo grundteknikker, at de er stiliserede, og dette har flere årsager. Taekwondo har bl.a. været undervist til store grupper og i militæret. I disse tilfælde kan man let forestille sig, at teknikkerne er blevet vist i en afkortet eller forenklet version. Der findes også eksempler på, at mestre har skjult den sande mening med nogle af de teknikker, som de har lært fra sig, og derfor kan man tale om "hemmelige" taekwondo teknikker. Dette kan dog være svært at forstå i dag, hvor viden mange steder deles frit, men man skal huske på, at undervisning også kan være en levevej, og at de fleste undervisere sandsynligvis hellere vil have, at deres trofaste elever skulle lære deres tricks frem for konkurrenten nede på hjørnet.

At holde teknikernes sande me-

ning hemmelig er ikke noget, man kun gjorde før i tiden. Jeg kender eksempler på nulevende mestre fra andre stilarter, som på deres video-



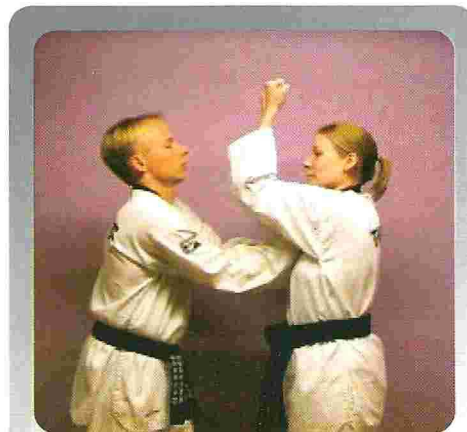
bånd bevidst viser taegueuk og poomseer lidt forkert. På den måde kan man se, om en bestemt person har opnået sin viden fra en anden mester (og derfor ikke laver fejlene)



eller kun fra videobåndet.

Under alle omstændigheder så forhindrer nedenstående udlægning af tong milgi ikke, at teknikken fortsat bruges som en koncentrationsteknik. Hvis du synes, det virker, så brug det, uanset hvad det hedder!

1. Angriberen tager fat med begge



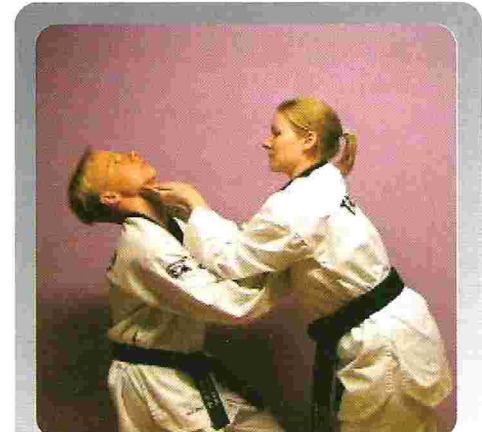
3. Hæv dine arme lige op i luften. Dette bør være en hurtig bevægelse, så billedet er kun med for bedre at vise, hvad der sker.



4. Nu hamrer du dine albuer ned på det øverste stykke af angriberens underarme. Husk at gå ned i knæ, så du får hele din vægt med. Dette vil gøre ondt på angriberen, og han vil sandsynligvis gå ned i knæ (ellers er du for forsigtig).

5. Åbn hænderne og lav fingerstik med begge hænder under angriberens kæbe. Håndfladen bør her pege skråt opad. Dette vil gøre mest ondt på modstanderen og tvinge hans hoved tilbage, hvis du samtidig bevæger dig lidt frem.

På nuværende tidspunkt vil mod



standeren have givet slip. I modsat fald vil hans balance være så dårlig at du nemt kan gøre dig fri, tilføje et spark i skridt, slog mod hals o.l.

Det er vigtigt at lade være med at stoppe øvelsen, bare fordi du tror, den er slut - ingen øvelse er slut før du har nået dit mål (i dette tilfælde at komme fri), så improviser gerne til sidst.

fortsættes på side 9

Taekwondo - mere end tørre tæsk

En kampsport, som har vægten på det fysiske udtryk med slag, spark og bælteprøver, men som også indeholder et filosofisk element om balance i livet.

Elegance, balance og kontrol

Taekwondo (udtales tajkvondo) er en sammensætning af tre koreanske ord med hver sin betydning: *tæ* står for slag eller spark, *kwon* er handlingen med næven og *do* betyder vejen - i filosofisk betydning.

"Taekwondo er ikke bare et spørgsmål om slag og spark", fortæller Stig Kramer, som er trænerassistent for Danmarks Taekwondo landshold, og fortsætter, "Det er i høj grad en livsstil, der handler om balance. Du kan godt gå i byen og feste igennem, men så skal der være tid til ekstra træning og fordybelse bagefter. Ellers er du ikke i balance fysisk og psykisk."

Stig Kramer mener også, at forældre burde opfordre deres børn til at dyrke taekwondo. Han forklarer, at "filosofien om balance, er jo en metode til at holde sig på den rette sti - eller i hvert fald ikke komme for langt uden for - og samtidig er det en lære i at udvise selvkontrol og respektere andre mennesker. For mig at se, er netop dét menneskelige værdier, der i høj grad er brug for i dag."

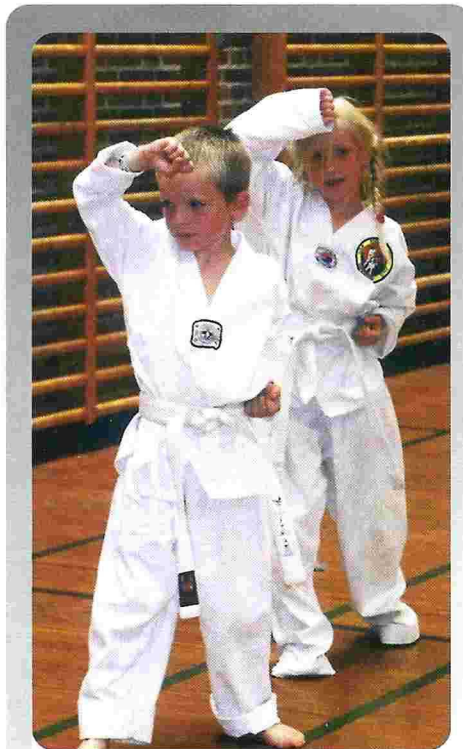
Kampsport avler vold - eller

Når børnene fortæller, at de gerne vil dyrke taekwondo, bliver de fleste forældre nervøse.

"Det er en fordom, at sporten vil ændre børnene til aggressive børster. I virkeligheden sker det modsatte," fortæller Palle Andersen, som er træner i Helsing Taekwondo Klub.

"Fakta er, at de unge, der begynder at dyrke taekwondo, får styr på sig selv. De lærer at kontrollere deres temperament og at have respekt for andre," forklarer Palle Andersen.

De unge kæmpere bakker synspunktet op. Anjuska Lund på 14 år fra Helsing Taekwondo Klub fortæller, "Jeg var meget hidsig, da jeg var yngre, og havde store problemer med at styre mit temperament. Men taekwondo har forandret mig. Jeg kan styre mit temperament. Er jeg vred, forsvinder det, når jeg træner, og selv om jeg ikke er, bliver jeg dejlig afslappet."



Jesper Alstrup på 13 år, der også er fra Helsing Taekwondo Klub, nikker genkendende og fortæller, "jeg kan godt lide at kæmpe, for så kommer jeg af med noget vrede, og det går ikke ud over nogen, det er jo bare en form for leg."

Og noget tyder på, at det ikke bare er i Helsing, man har gjort de erfaringer. På et spørgsmål til viceadvokat Jørgen Jensen fra Statsadvokaten for Sjælland om, hvorvidt slagene sidder lige så løst på taekwondokæmperne som næverne gør på bokserne, svarer han, "jeg kan ikke erindre, at en udøvende taekwondokæmper er blevet tiltalt for vold."

Blodtud, blå mærker og æstetik

En anden fordom er, at taekwondo handler om at slå modstanderen til plukfisk. "Det er ikke tilfældet," forklarer Stig Kramer og fortsætter, "der gives ikke point for at slå eller sparke en modsatnder hårdt, men for sværhedsgraden og den perfekte udførsel. Derfor giver det op til dobbelt så mange point at ramme en modstander korrekt med et svært cirkelspark end ved bare at fare frem som et såret dyr. Æstetik, balance og kontrol er nøgleord."

På et spørgsmål til idrætslæge og ortopædkirurg Eilif Larsen fra Gildhøj Speciallægeklinik, om der er flere skader i taekwondo end i andre idrætsgrene, siger han, "Nej, der er ikke særlig mange skader i taekwon-

do. Som oftest drejer det sig om en øm tå eller muskelskader, som følge af for meget træning. Udøvere af taekwondo er jo særdeles veltrænede. Og de alvorlige skader som vi kender fra f.eks. håndbold eller fodbold, ser vi yderst sjældent i taekwondo."

Det er kun omkring ti procent af alle udøvere af taekwondo, der dyrker disciplinen kamp. Det mest almindelige er at træne taegeuk og poomse, der er serier af bevægelser med markering af slag og spark.

"Det ser let ud, men det er meget hårdt rent fysisk og kræver både koncentration, balance og smidighed, fordi mange af bevægelserne sker i yderpositionen," forklarer Palle Andersen. "Derfor fylder opvarmning og udstrækning også en stor del af en træningssession - og det er sandsynligvis forklaringen på, at vi alligevel har så få skader i forhold til for eksempel fodbold og håndbold."

Den nederste del af isbjerg

Har man kæmpet sig igennem - og bestået - ti prøver, er man indehaver af det sorte bælte. Her stopper mange af de unge. Det ærger Stig Kramer, som mener, at sporten har meget mere at byde på - også for ældre. Dels kan man begynde at arbejde sig igennem de ti forskellige Dan grader, men der er også andre muligheder.

"De mange styrke- og smidighedsøvelser hjælper til at holde kroppen ved lige og vægten nede, og lysten og evnen til at gå dybere ned i de filosofiske værdier om balance udvikles jo med alderen," argumenterer han og fortsætter, "taekwondo er som et isbjerg. Jo dybere du søger, jo mere finder du. Når du først har åbnet dit sind og lader roen komme ind, når balancen bliver en urokkelig del af dit liv, så er du på vej til at se alt det, der ligger under vandet."

Inge Sparf
Helsing Taekwondo Klub

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

Belgium International Challenge Cup

Status på stævnet set med trænerstabens øjne

Det danske talenthold deltog med forstærkning fra Skive, Svendborg, Herning, Herlev og Rødovre ved det internationale teknikstævne "International Challenge Cup" i Belgien.

Der var ca. 400 deltagere fra lande som Frankrig, Belgien, Holland, Portugal, Tyskland, Spanien, Italien og Danmark.

Det danske hold leverede en flot præstation og hentede 9 guld-, 5 sølv- og 7 bronze-medaljer, samt flere finalepladser. Det danske niveau lå klart over konkurrenternes, som en af dommerne bemærkede til vores "hjemmebanedommer" Christian Flint.

Stævnet startede med velkomst og 1-minuts stilhed for at mindes de døde ved terrorbomben i Madrid. På denne måde kom den barske virkelighed med på turen. Spanierne deltog med sørgebånd om armen.

Talenttrænerne er yderst tilfredse med indsatsen, der viser at vores satsning på talentsiden virkelig kan betale sig. Det skal fremhæves at i rød bælte drengegruppen satte Danmark sig på 1.-6. pladsen - godt gået drenge!

På talenttrænerens vegne
Nicole Linde Jensen

Nedenfor fortæller 3 af deltagerne, hvordan det var at være med på turen.

Annette Olsson, Aalborg Soobak - talenthold Vest:

Dette var min første tur med talentholdet. Jeg glædede mig rigtig meget til turen, til at lære de andre at kende og så var min nysgerrighed meget stor hvad angik selve stævnet.

Hvis jeg starter med deltagerne på turen, må jeg i høj grad sige, at jeg blev positivt overrasket. Kammeratskabet var godt, der var en god stemning og folk var opsat på at vi skulle have en god tur. Noget som betød meget for mig som er ny på talentholdet. Specielt vil jeg nok nævne sammenholdet, da stævnedagen oprandt. Man var ikke i tvivl,

8 når der var en dansker på banen. Der blev klappet, piftet

og hujet o.s.v. - og sikke en opbakning at hå. Det var helt sikkert med til, at jeg i hvert fald havde gejsten til at fyre den af på banen.

Jeg synes det var spændende at se de andre lande stille med deres teknikfolk. Jeg vil fremhæve tyskerne - de var rigtig gode - de åndede os i nakken, men vi løb alligevel som mest vindende nation.

Det var et rigtig godt talentstævne og jeg glæder mig meget til næste gang vi skal afsted.

Christian Halberg, Rødovre Hwarang - talenthold Øst

Dette års tur til Belgien var bestemt lige så fornøjelig som det forrige.

Allerede i bussen på vejen der ned var stemningen høj, og langt de fleste glemte alle bekymringer om stævnet den næste dag. Det er mit indtryk at næsten ingen havde tid til at kede sig undervejs. Hvis ikke folk sov, hørte musik eller snakkede så de fjernsyn.

Også stævnet var for mit vedkommende lige så godt som sidste år, hvis ikke bedre.

I starten var tanken ved den store hold-pokal ved at forsvinde, da et par stykker gik fejl og derved tabte deres ellers gode placeringer. Men da det så ændrede sig og Danmark alligevel kunne tage hjem som mest vindende hold, var stemningen bare høj, og efter hvad jeg kunne se var der ingen der tog hjem uden et smil på læben.

Kort sagt var det en fed tur og jeg håber bestemt, at den næste år, bliver ligesådan.

Michaela Kjær, Svendborg Sejong:

Ved 8-tiden fredag morgen stod vi fire fra Svendborg på bussen i Nyborg. Jeg havde ikke rigtig tænkt over hvor lang tid det ville tage, men det var sandelig ikke en kort tur. Vi var først på hotellet kl. 21, og så tog vi ud og spiste og derefter i seng.

Den næste dag blev spændende. Det var mit første stævne i udlandet, og jeg fik skam også sommerfugle i maven. Men det gik nu alletiders. Det var fedt at høre de andre heppe da jeg gik på banen. I det hele taget kunne jeg godt lide, at man heppede på hinanden når nogen var inde. Det manglede jo også bare.



Matthias Finne, Rødovre
Fotograf: Jens Dige

Vi vandt pokalen og titlen for mest vindende hold. Hurra!! Og da dagen var omme, og pokalerne overrakt, kunne vi stige ind i bussen med tanken om en lang nat foran os. Men på trods af at vi kørte i mange timer, var det ikke så slemt. Vi både sang, så film og i det hele taget havde vi det sjovt indtil folk faldt i søvn.

Tidligt om morgenen var bussen i Nyborg og så manglede vi fra Svendborg bare det sidste lille stykke til vi var hjemme. Jeg har personligt haft en rigtig god tur.

Resultater:

Kan ses på side 11.

Gjorde det ondt?- fortsat

I traditionel one-step træning bliver der ofte lagt vægt på at det skal se "pænt ud. I denne artikel bliver der lagt vægt på om teknikkerne virker (som selvforsvar), og det gør de kun hvis man slår til. I en træningssituation gøres dette ved netop at slå så hårdt, at modstanderen ufrivilligt reagerer, fx ved at miste balancen, knække lidt sammen efter et slag osv. Det er vigtigt at reaktionen er ufrivillig for ellers er det "koreograferet" selvforsvar, og det virker ikke i praksis. Koreografi kan bruges til opvisninger, dans eller synkron-svømning, men ikke til

selvforsvar. Hvis du derfor er i tvivl om dit selvforsvar virker (fordi angriberen er upåvirket af dit forsvar), så gør dit forsvar ikke ondt nok.

Tak til Maja Birck for hjælp til artiklen og for at spille "offer" på billederne samt til Claus K. Pedersen for en masse inspiration til artiklen.

Artiklen kan læses i sin fulde længde incl. flere billeder på www.tkd.dk

Albert Birck

Nyt kamplandshold udtaget

Der er udtaget et senior-bruttolandshold for 2004/5 i forbindelse med afholdelse af de danske mesterskaber 2004:

Damer:

Tina Ødgaard	Nørrebro	-49 kg
Kristina Jørgensen	Viby Olympia	51-55 kg
Lise Hjortshøj	Viby Olympia	55-59 kg
Pernille Christiansen	Nørrebro	55-59 kg
Lisa Kjær Jensen	Viby Olympia	59-63 kg
Christina Rasmussen	Roskilde	59-63 kg
Katrine Torbensen	Viby Olympia	+67 kg

Herrer:

Loi Van Le	Viby Olympia	-54 kg
Surachet Signsorn	Silkeborg	-54 kg
Philip Reyes	Rødovre	54-58 kg
Azam Nazim	Rødovre	54-58 kg
Cuneyt Hamid	Gladsaxe	58-62 kg
Jesper Roesen	Rødovre	67-72 kg
Andre Andersen	Rødovre	67-72 kg
Allan Pedersen	Ballerup	72-78 kg
Anders Karlsen	Rødovre	78-84 kg
Zakaria Asidah	Rødovre	+84 kg
Nikolaj Laustsen	Viby Olympia	+84 kg

Der er nyudtagelser til Pernille Christiansen, Nørrebro og Surachet Signsorn, Silkeborg.

Udtagelse til Junior VM 2004

Ved de danske mesterskaber blev der også udtaget 3 junior-kæmpere som skal repræsentere Danmark i juni måned ved VM i Korea:

Herre Junior:

Typo Jensen	Gladsaxe	51-55 kg
-------------	----------	----------

Dane Junior:

Cecilie Bodal Jensen	Viby Olympia	46-49 kg
Charlotte Bjelke	Esbjerg	49-52 kg

AKTIVITETSPLAN

05.06.04	Begynder/talent Cup Roskilde
Juni 2004	Junior VM, Korea
03.07.04	Dangraduering, DTaF Odense
03.-09.07.04	DTaFs Sommerlejr Odense (Rosengaard)
14.08.04	Wonderfull Copenha- gen, 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
06.11.04	Tyskland Open, Teknik
13.11.04	Scan. Open, kamp og Teknik, Århus
21.11.04	Dangraduering, DTaF LEDIG
27.11.04	DM i Teknik, Brande
22.01.05	Begynder/Talent Cup, Roskilde
22.-23.01.05	NM i kamp/teknik Norge
12.02.05	JM i kamp, LEDIG
19.02.05	SM i kamp, LEDIG
19-20.03.05	DM i kamp, Nørrebro
09.04.05	Talent stævne, Teknik Skanderborg
20.-24.04.05	VM i kamp, Madrid
21.05.05	Danish Open, Tek- nik, Vejle

OL-kvalifikation i Aserbajan

Sidste chance for at kvalificere sig til OL for de danske kæmpere var OL-kvalifikationsstævnet i Baku i Aserbajan i februar måned.

Jesper Roesen, Rødovre - Herrer 58-68 kg

Jespers deltagelse i Baku havde ellers hængt i en tynd tråd pga en svær forstuvning nogle få uger inden afrejse men han blev skaden kvit i tide.

Jespers første kamp var mod Tomas Ustupsky, Slovakiet. Denne kamp vinder Jesper overlegent med cifrene 6-1.

Hans næste kamp mod Jugoslaviens Bijelic Boran gik lige så godt idet han vandt denne 5-3.

I tredje kamp så det ud til at være slut for Jesper. Her ventede hans banemand fra det første kval.-stævne, Østrigs Caliskan Tuncay. Kampen var meget tæt og sluttede 3-3, men desværre for Jesper i Østrigs favør. Ved OL-kvalifikationsstævnerne er

der, i modsætning til andre stævner, en opsamlingsrunde. Dette betød at Jesper havde en absolut sidste chance. Her skulle han møde den regerende europamester og VM-bronze-vinderen fra 2003, tyskeren Aylanc Erbal.

Allerede i første runde havde Jesper sin modstander til tælling på et baglæns spark til hovedet. Dette gav 3 point. Tyskeren kom dog stærkt igen, og 2 sekunder før tid står der 8-8, men Jesper scorer det afgørende point og sikrer sig hermed en billet til OL.

Lisa Kjær Jensen, Viby Olympia - Damer 57-67 kg

Lisa havde ikke fået sig nogen nem lodtrækning ved denne OL-kval. og dette fik hun at mærke allerede i sin første kamp. Modstanderen var her den regerende europamester, Charmie Sobens fra Holland. Lisa taber kampen 5-9 og er ikke med til OL.

Status

Ingen repræsentant på kvindesiden ved OL i Athen men til gengæld kan vi glæde os over de to udtagne herrer, Jesper Roesen (-68 kg) og Zaka-tia Asidah (+84 kg), begge fra Rødovre Taekwondo Klub.

udarbejdet af
redaktør Gitte Gregersen
ved hjælp af div. pressemeddelelser

Resultatliste - Belgium Int. Challenge Cup

8.-5. kup, piger op til 10 år

3. Alberte G. Nielsen, Rødovre

8.-5. kup, drenge 11-13 år

1. Anders Hasselstrøm, Rødovre
2. Joel Samucha, Rødovre

8.-5. kup, piger 14-17 år

1. Tina Petersen, Rødovre

8.-5. kup, Damer 27-34 år

3. Pia Nikolajsen, Herlev

4.-1. kup, piger op til 10 år

3. Alexandra von Münchow, Rødovre

4.-1. kup, piger 14-17 år

1. Mia Christensen, Ringkøbing
2. Henriette Vandt, Vejle
3. Michaela Kjær, Svendborg

4.-1. kup, drenge, 14-17 år

1. Matthias Finne, Rødovre
2. Niclas Tonnesen, Herning
3. Christian Halberg, Rødovre

4.-1. kup, Damer 18-26 år

1. Anne Knudsen, Risskov

4.-1. kup, Herrer, 18-26 år

1. Nicolai Stig Hansen, Rødovre

Sortbælte Drenge 14-17 år

10 3. Bjarke F. Larsen, Herning

Sortbælte, Damer, 18-26 år

2. Maria Latkovic, Herlev

Sortbælte, Herrer, 18-26 år

3. Kim Nedergaard, Skive

Sortbælte, Damer, 27-34 år

1. Anette Olsson, Aalborg

Sortbælte, Damer 35-41 år

2. Hanne Pedersen, Holstebro

Sortbælte, Herrer, 42-49 år

1. Ky Tu Dang, Rødovre

Herrer, Synkron -16 år

1. Alex, Christian, Matthias, Rødovre

Herudover blev det danske hold, grundet de mange medaljer, turneringens mest vindende hold

SE OG HØR GUNNAR NU FONDEN

Send ansøgning nu!

Legaterne uddeles bl.a. til:

- unge stjerner i svøb
- til utrættelige ledere
- til foreninger

Eller for et flot resultat, et bemærkelsesværdigt stykke arbejde eller til en lovende idrætskarriere.

Alle kan ansøge om midler, og det er tilladt at indstille sig selv. Skriv ansøgning på maskine og send den senest 6. august 2004 til:

SE OG HØR GUNNAR NU FONDEN
Vigerslev Allé 18
2500 Valby

OL i Athen 2004

Ved de olympiske lege må 124 Taekwondo-kæmpere stille til start. Reglerne for kvalifikation lyder i første omgang komplicerede. Ud af de 124 pladser bliver alle på nær 8 opnået via kvalifikationsstævner.

Ved Verdenskvalifikationen i december 2003 i Paris kvalificerede de bedste 4 i hver vægtklasse, på nær de 4 vægtklasser hvor Grækenland havde nomineret deres egne kæmpere. Som værtsnation kan Grækenland selv udpege 2 herrer og 2 damer. I disse 4 vægtklasser kan kun de 3 bedste kvalificere sig, dvs. at der skal kæmpes om 3. pladsen.

De nationer som ikke formåede at kvalificere sig ved Verdenskvalifikationen, måtte herefter ud i endnu et kvalifikationsstævne, denne gang regionalt for henholdsvis Asien, Afrika, Pan-Amerika og Europa. Med undtagelse af Afrika ville de bedste 3 i hver vægtklasse kvalificere sig til OL. Afrika fik kun de bedste 2 i hver vægtklasse kvalificeret. Et hurtigt regnestykke giver hermed 116 kvalificerede + de 4 kæmpere fra Grækenland. De sidste 4 pladser er Wild Cards som uddeles af WTF.

Egypten, Grækenland, Korea, Thailand, Frankrig, Spanien, England, Taiwan, Venezuela og Australien har alle kvalificeret 4 kæmpere (2 herrer og 2 damer = fuld hold) - dvs 10 nationer har ca. 1/3 af alle deltagere. Man må også bemærke, at så stærke nationer som f.eks. Tyskland ikke opnåede at kvalificere sig og at Tyrkiet kun fik 1 med. Det fortæller noget om den formidable indsats vores egne 2 deltagere har leveret.

Nedenfor er en komplet liste over alle OL-kæmperne:

Damer -49 kg

Pan-Amerika

1. Ivett Gonda, Canada
2. Euda Carias, Guatemala
3. Gladis A. Mora, Colombia

Verden

1. Juana Wangsa Putri, Indonesien
2. Dalia Contreras, Venezuela
3. Boorapolchai Yaowapa, Thailand
4. Yanelis Labrada Diaz, Cuba

Afrika

1. Esraa Halawa, Egypten
2. Lineo Mochesane, Lesotho

Asien

1. Chen S. Hsin, Taipei
2. Elaine Teo S. Fhern, Malaysia
3. Sangina Baidya, Nepal

Europa

1. Brigida Yague, Spain
2. Maya Arussi, Israel
3. Nevena Lukic, Østrig

Damer -57 kg

Pan-Amerika

1. Iridia Salazar, Mexico
2. Nia Abdallah, USA
3. Paola Delgado, Colombia

Verden

1. Jang Ji Won, Korea
2. Christina Corsi, Italien
3. Gwladys Epangue, Frankrig

Grækenland nomineret

Afrika

1. Abeer Essaawy, Egypten
2. Mariam Bah, Elfenbenskysten

Asien

1. Sukkhongdumnoen Nootcharin, Thailand
2. Irina Kaydashova, Uzbekistan
3. Chi Shu Ju, Chinese Taipei

Europa

1. Sonia Reyes, Spanien
2. Rita Inanova, Rusland
3. Aleksandra Uscinska, Polen

Damer -67 kg

Pan-Amerika

1. Ineabelie Diaz, Porto Rico
2. Haydi Juarez, Guatemala
3. Varmina Sanchez, Argentina

Verden

1. Wei Lou, Kina
2. Ji Yeon Kim, Korea
3. Nina Solheim, Norge

Grækenland nomineret

Afrika

1. Mouna Ben, Marokko
2. Mounira Nehdi, Tunesien

Asien

1. Verina Wihongi, New Zealand
2. Mary Antoinette Rivero, Phillippinerne
3. Caroline Bartasek, Australien

Europa

1. Sarah Bainbridge, England
2. Charmie Sobers, Holland



Jesper Roesen og Zakaria Asidah hædres for deres OL-kvalifikation ved DM i Vejle
Fotograf: Jens Dige

3. Sandra Saric, Kroatien

Damer +67 kg

Pan-Amerika

1. Adriana Carmona, Venezuela
2. Natalia Falavignia, Brasilien
3. Dominiane Bosshart, Canada

Verden

1. Tina Morgan, Australien
2. Myriam Baverel, Frankrig
3. Daniela Castrignano, Italien
4. Zhong Chen, Kina

Afrika

1. Mounia Bourguigue, Marokko
2. Princess Dudu, Nigeria

Asien

1. Natalya Mikrukova, Uzbekistan
2. Yoriko Okamoto, Japan
3. Nadin Farid Dawani, Jordan

Europa

1. Sarah Stevenson, England
2. Natasa Vezmar, Kroatien
3. Laurence Rase, Belgien

Herrer -58 kg

Pan-Amerika

1. Oscar Salazar, Mexico
2. Marcel Menceslau, Brasilien
3. Gabriel Mercedes, Dom. Republik

Verden

1. Chu Mu Yen, Chinese Taipei
2. Ramos Juan Antonio, Spanien
3. Go Tshomlee, Philipinerne

Grækenland nomineret

Afrika

1. Tamer Salah, Egypten
2. Ezz Eldin Abo, Libien

OL i Athen 2004

Asien

1. Sutihkunarn Ussadate, Thailand
2. Satriyo Rahadhani, Indonesien
3. Nguyen Q, Huan, Vietnam

Europa

1. Paul Green, England
2. Seifula Magomedov, Rusland
3. Alexander Shaposhnik, Ukraine

Herrer -68 kg

Pan-Amerika

1. Diego Silvia, Brasilien
2. Alejandro Hernando, Argentina
3. Gabriel Sagastume, Guatemala

Verden

1. Lee Won Jae, Korea
2. Mahlangu Duncan, Sydafrika
3. Luis Garcia, Venezuela
4. Carlo Molfetta, Italien

Afrika

1. Tamer Abo Momem, Egypten
2. Mohamed Omrani, Tunesien

Asien

1. Hadi Saeibonehkohal, Iran
2. Carlo Massimino, Australien
3. Huang Chih Hsiung, Chinese Taipei

Europa

1. Pashayen Niyonaddin, Aserbajan
2. Tuncay Calisaka, Østrig
3. Jesper Roesen, Danmark

Herrer -80 kg

Pan-Amerika

1. Victor Estrada, Mexico
2. Chinedum Osuji, Trinidad
3. Angel V. Matos, Cuba

Verden

1. Christophe Negrel, Frankrig
2. Yossef Karami, Iran
3. Steven Lopez, USA
4. Rashad Ahmadov, Aserbajan

Afrika

1. Souhail Hammami, Tunesien
2. Martins Obiorah, Nigeria

Asien

1. Noikoed Krianokrai, Thailand
2. Donald David Geisler, Phillipinerne
3. Danien Trenton, Australien

Europa

1. Bahri Tanrikulu, Tyrkiet
2. Craig Brown, England
3. Thijs Oude Luttikhuis, Holland

Herrer +80 kg

Pan-Amerika

1. Rolando Quinones, Porto Rico
2. Julian Rojas, Columbia
3. Tudor Sanon, Haiti

Verden

1. Moon Dae Sung, Korea
 2. Zakaria Asidah, Danmark
 3. Luis Noguera, Venezuela
- Grækenland nomineret

Afrika

1. Zrouri Abdelkader, Marokko
2. Chika Chukwumerije, Nigeria

Asien

1. A. Sagindukov, Kazakstan
2. Nguyen Van Hung, Vietnam
3. Ibrahim Kamal, Jordan

Europa

1. Pascal Gentil, Frankrig
2. Jon Garcia, Spanien
3. Teemu Heino, Finland

Gitte Gregersen
redaktør

Ballerup Taekwondo Klub har haft 5 af deres medlemmer til Dan-graduering i Hamborg lørdag den 17. april 2004.

1. Dan

Anders Henningsen

2. Dan

Jonas Bryde

4. Dan

Randi West Hansen

5. Dan

Jens Hyldahl
Peter H. Kristensen

På billedet: Randi og Peter v. DM i Teknik 2002



Dine præstationer er en præmie værd

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

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

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

DANSK TAEKWONDO FORBUND PRÆSENTERER OFFICIEL

TAEKWONDO

SOMMER LEJR 2004

FRAUGDE HALLERNE-DANMARK

www.taekwondo.dk/sommerlejr



INSTRUCTORS

CHOI KYOUNG AN, 9.DAN

Denmark

Former Danish National Coach

Denmark's highest ranked instructor

CHO WOON SUP, 8.DAN

Norway

Founder of TTU

(Traditional Taekwondo Union)

KWON TAE GOO, 7.DAN

Korea

Manager & Coach of Songlim High School

LEE GAE HYEONG, 6. DAN

Korea

Former Korean National Coach &

Former World & Olympic champ

BJARNE SØRENSEN, 6.DAN

Århus

Chief Instructor of Århus Club

BJARNE JOHANSEN, 5. DAN

Denmark

Coach of National Fighting Team

HENRIK FROST, 5. DAN

Denmark

Coach of National Poomse Team &

Performance Team

BO KRUSE, 4. DAN

Bellinge

Top youth instructor

AMIR RASHID, 4. DAN

Denmark

Coach of Junior National Fighting Team

THOMAS PEDERSEN, 4. DAN

Brande

Top instructor of Brande Club

FINN JENSEN, 4. DAN

Rosengård

Top instructor of Rosengård Club

JESPER ROESEN, 3. DAN

Denmark

Member of National Fighting Team

NICOLE LINDE JENSEN, 3. DAN

Denmark

Member of National Poomse Team

ZAKARIA ASIDAH, 2. DAN

Denmark

Member of National Fighting Team



GRAFISK DESIGN: RENE KJÆR

Nyt fra Team Danmark

Pressemeddelelse fra Team Danmark med følgende ordlyd blev udsendt 15. april 2004:

Taekwondo-kæmpere går efter guld i Athen

To Taekwondo-kæmpere har kvalificeret sig til OL, og målet er at vende hjem fra Athen med mindst én medalje i bagagen. De to OL-kæmpere er Zakaria Asidah og Jesper Roesen.

"Zakaria og Jesper er to af de udøvere, der har virkelig store chancer for at gå hele vejen i Athen. De har både rutinen og viljen til at vinde, og det er helt afgørende, når det går løs i Athen. I det hele taget står dansk taekwondo meget stærkt i disse år. Talenterne er tilstede, og i Farum har vi i dag et samlet trænings-setup, der har verdensklasse," siger TDs sportschef Susanne Hede-gaard, og understreger, at de flotte resultater i taekwondo opnås på utrolig ansvarlig vis.

"Jeg ville lyve, hvis jeg sagde, at det ikke er verdensklasseforhold - det er fantastisk! Træningsniveauet er højt, målrettet og yderst seriøst. Hvor det tidligere var enkelte personer, der kørte løs, er vi i dag et stærkt team" fortalte Zakaria Asidah tidligere til "Månedens portræt" på teamdanmark.dk. Zakaria Asidah har i øvrigt tidligere meddelt, at han stopper sin karriere efter OL, så for ham er det sidste chance for at vinde OL-guld.

Den næste store udfordring for kæmperne bliver EM i maj i norske Lillehammer, hvor målet er at vinde 3 medaljer, og herefter venter OL i Athen.

Dansk Taekwondo fortsætter som elitesatsningsforbund i den næste periode med en samlet støtte fra TD på knap 1,4 mio. kr. Zakaria Asidah og Lise Hjortshøj er indplaceret i TDs elite-gruppe, mens Jesper Roesen er indplaceret i kandidat-gruppen.

Vidste du at....

Karin Schwartz onsdag d. 21. april kl. 06.00 fødte en dreng - 53 cm lang og 3400 gram? Han skal hedde Viktor.

Christian Flint Andersen, Århus er blevet ny leder af DTD (Danish Taekwondo Demonstration Team) efter Henrik Frost?

Tobias Jessen, Skive (tekniklands-holdet) er blevet kåret som årets udøver i Skive i 2003?

det er anden gang i Skive TDK klubs historie at dette er sket? I 2000 fik Axel Trillinggaard prisen som årets leder i Skive.

Mark Lee Larsen, Skanderborg vandt guld v. US Open i Teknik i februar? Han stillede op i mester-rækken for udøvere med 4. Dan og og efter.

DM i kamp 2004

Dette års Danske Mesterskaber blev afholdt i Vejle - arrangeret af Vejle Taekwondoklub, som ikke havde været arrangør for et stævne i hele 15 år - og så var det ovenikøbet et DM de havde bundet an med tilbage i 1989.

DM set med arrangørens øjne v. formand for organisationskomiteen, Lars Gregersen

Jeg har prøvet at lave et kort indlæg omkring DM, set med arrangørens øjne, og jeg må tilstå, jeg så ikke meget taekwondo. Det var 15 år siden at Vejle Taekwondo Klub sidst havde arrangeret et DM, så det var med stor spænding, vi så frem til den udfordring det var at arrangere et DM. DTaFs stævnesystem har som bekendt, udspillet sin rolle, og alle venter på et nyt system, så stævnerne igen kører uden edb problemer. På den baggrund besluttede vi at udvikle et nyt system, så vi ikke skulle køre DM manuelt. Systemet kører også med mulighed for tilmelding via internet, en mulighed rigtig mange benyttede sig af. Vi besluttede desuden at tilkoble en projektor, så alle kunne følge med i hvem der kæmpede på hvilke baner, samt se de efterfølgende to kampe på hver bane, hvor kæmperne var nævnt

ved navn. Lærredet skulle dog have været placeret i et mørkere hjørne i hallen, for lige at gøre det helt tydeligt. En ting vi fik både ris og ros for, var checkbordets overholdelse af regler omkring kampvestens størrelse. Dette åbenbart til stor overraskelse for mange. Efterfølgende kan jeg godt se, vi på forhånd skulle have adviseret disse kæmpere og sekundanter om, vi agtede at følge reglerne. En anden lille ting jeg beklager er, at der var to som modtog deres medalje iført cowboybukser. Dette så jeg desværre ikke tidsnok. Disse to skulle ikke have haft deres medalje overrakt på medaljeskallen, men burde efterfølgende have haft lov til at afhente medaljen ved speakerbordet. På trods af disse småting, håber jeg at alle der var tilstede, havde en rigtig god dag, og jeg glæder mig til at se de mange dygtige kæmpere til stævner fremover.

Ris og ros

Som allerede nævnt i indlægget fra Lars Gregersen modtog arrangøren både kritiske og positive tilbagemeldinger i løbet af dagen. De positive drejede sig om hele arrangementet og organisationen,

det nye tiltag; projektoren, at det edb-mæssigt kørte som det skulle, og heldigvis var der også nogen der syntes det var dejligt at der endelig var en klub der "turde" overholde reglerne omkring kampvesten m.m. De klubber, der nævnte sidstenævnte, var dog godt og grundige trætte af, at de aldrig havde veste til deres egne kæmpere, da de hele tiden havde veste udlånt til andre klubber. Hvad angår kritikken, som hovedsageligt gik på at reglerne omkring kampvestenes størrelse blev over-



Fotograf: Jens Dige

DM i kamp 2004

holdt, kan man jo kun undre sig. Det står faktisk i kampreglerne, og man må jo gå ud fra at sekundanterne kender disses indhold. Synes det er rystende at klubberne bare går ud fra at reglerne ikke efterleves. Undertegnede har, som kampdommer, engang sendt en kæmper ud af banen med ordre om at skifte til en større vest - netop fordi man ved checkbordet ikke havde efterlevet reglerne. Men det gjorde man altså i Vejle!

Der var også mange roser fra forbundsformand Karin Schwartz, som bl.a. i sin tale, omtalte stævnet som et forbilledligt arrangement. Hun roste også afviklingen og de nye tiltag.

Lidt om det sportslige

Det var favoritternes dag - det danske landshold gjorde rent bord. Der var kun få overraskelser, men et par stykker var der dog. De to OL-kæmpere Jesper Roesen og Zakaria Asidah, begge Rød-ovre, levede flot op til deres favoritværdighed og genvandt begge deres mester-skabstitel. Blandt overraskelserne var Viby Olympia-kæmperen Lisa Jensens



Vejle Boldklubs cheerleaders lavede opvisning

nederlag til landsholdskollegaen Kristina Rasmussen, Roskilde samt Balderup-kæmperen Allan Pedersens nederlag til Emil Jakobsen fra Fredericia - sidstnævnte var en ret kontroversiel afgørelse idet Allan tabte kampen på diskvalifikation på trods af en klar føring på point.

Moral og etik

Noget der ikke klæder vores idræt er dårlig opførsel - det klæder ikke vores sport at kæmperne i frustration over nederlag smider med deres udstyr, hvilket vi så flere episoder af i løbet af dagen. Dette er en tendens som skal stoppes. Der er ikke noget forkert i at tabe til en bedre modstander, og selv om man vælger at give dommerne skylden, fordi nederlaget ikke var berettiget, så er man nødt til at acceptere dommerens pointgivning og afgørelse - for de gør hvad de kan for at efterleve de regler de er omfattet under.

Gitte Gregersen
redaktør



Jesper Roesen (rød vest)

Fotograf: Jens Dige



Zakaria Asidah (rød vest)

Foto: Jens Dige

Paris Open i Teknik 2004

Fredag den 5. marts fløj 7 danskere til Paris for at deltage ved Paris Open. Vi blev 3. mest vindende nation med 3 guld, 3 sølv og 2 bronze.

For undertegnede var det lidt ligesom at komme hjem igen, da vi landede i Paris. Vi skulle også overnatte hos mine klubkammerater fra Paris - det gjorde turen lidt billigere.

Stævnet blev holdt i udkanten af Paris i en kæmpe judo-hal på 3000 m² - så det var gode forhold. Der var 12 nationer der deltog, bl.a. fra Korea, Venezuela, Kroatien, Holland, Tyskland og selvfølgelig Frankrig. Så der var god konkurrence i alle grupper.

Der var primært franske dommere, da det er dyrt at betale rejsen for udenlandske dommere. Vi håber dog, at der er en dansk dommer der kommer med næste år. Der var nogle mærkelige kendelser ind imellem - set med danske, hollandske og tyske øjne. Generelt kom de rigtige med i finalerne, og de rigtige fik medaljer, måske bare ikke i rigtig rækkefølge.

Tu var den første dansker på banen - og han er altså den største superstjerne af dem alle. Det giver Danmark noget helt særligt i andres øjne. Så Tu førte sig frem i sikker stil og tog guldmedaljen i sin nye gruppe (han er nemlig rykket op til Herre +42 år) foran Holland og Tyskland.

Det nye dame-synkron-hold med Edina Lents, Lisa Lents og Maria Latkovic, var på som de næste, hvor de fik skarp konkurrence fra et tysk hold fra NWTU. Der var nerver på hos de danske piger, men de fik en flot debut i udlandet, ved at ligge i spidsen fra start til slut - så det var den anden guldmedalje til Danmark.

Efter frokost skulle vores nye senior herre, Emil Knudsen (er fyldt 18 år), på banen - eller rettere: på banerne!!!! For Emil var tilmeldt i både Herre A gruppen (18-26 år) og i en "alle-mod-alle-gruppe" hvor Tu, Lisa, Nicole, Bjarke og Emil var tilmeldt. På den sidste bane skulle Dame A igang - her var Edina, Maria og Nicole (undertegnede) med. Så også Nicole skulle konkurrere på to baner på en gang.



Det nye Dame Synkron-hold på guld-kurs

og kun halvdelen gik videre til anden runde, der iblandt Emil. Desværre var det ikke nok til finalen hvortil 5 gik videre - han endte som nr. 6. Men en meget flot debut i en hård gruppe.

De danske piger havde 21 modstandere, men kom alle 3 med i finalen. Den værste konkurrent Gladys fra Holland (EM-sølv 2003) blev bortdømt på grund af et glemt kihap. Hver dommer trak 1 point fra - en meget mærkelig kendelse for et glemt kihap. Det blev en anden hollænder der vandt, solv om hun i danske øjne slet ikke kunne måle sig med de danske piger. Edina fik en flot international debut og blev nr. 4, så hun slog altså Maria der blev nr. 5. Nicole (mig selv) tog anden-pladsen.

Samtidig med konkurrerede 5 danskere på bane 2. Jeg gjorde alt hvad jeg kunne for at vinde over Tu, men det hjalp ikke ret meget. Tu vandt!! Jeg blev nr. 2 foran drengene og Lisa. Bjarke gjorde til gengæld alt for ikke at vinde ved at lave kihap på den forkerte teknik i Poomse Pyongwon - heldigvis huskede han så at lave kihap samme sted i den anden side. Det blev han alligevel straffet for, så Emil fik 3. pladsen. Lisa blev nr. 4. Men 1.-5. pladser til Danmark.

Søndag var det juniorernes dag. Lisa havde lidt svært ved at komme i gang, og fik en lidt skidt start. Til

gengæld var 2. og 3. runde lige i øjet. Det var nu ikke nok til at slå den stærke tysker, Claudia Beaujean (EM-sølv 2003), der vandt. En anden tysker sneg sig også ind foran Lisa, men hun var ikke bedre, så det var ret ærgeligt.

Bjarke havde også en stærk konkurrent i sin gruppe; Davy fra Holland. Det blev en tæt konkurrence. Vi var meget opmærksomme på en koreaner, der faktisk var rigtig god, hvis han bare ikke væltede hver eneste gang han skulle sparke yeop-chagi. Så det var Danmark mod Holland, og så et par stærke tyske drenge. Alle 3 hold var gode til at heppe på hinanden under hele stævnet - så det giver lidt ekstra stemning. Bjarke trak det korte strå og tabte med 0,01 til Davy og fik en sølvmedalje.

Så alle danskere fik medaljer med hjem og vi fik også tid til sight-seeing. Lørdag aften var vi på Club Med World og feste - men tog tidligt hjem da der jo var konkurrence søndag. Søndag aften tog vi direkte til latinerkvarteret, hvor vi gik rundt, fik lidt at spise og nød stemningen. Vi kom også ind i Notre Dame, hvor der var en messe igang. Det er en meget imponerende bygning.

Vi havde følgeskab af det kroatiske landshold, der havde spurgt om de måtte følges med os. Deres leder fortalte Tu og mig, at de var meget

fortsættes på side 18

50 års jubilæumsreception i Østerbro

Lørdag den 28 august 2004 kl. 14.00 fejrer Østerbro Taekwondo Klub at vores cheftæner Sæbum nim Henrik Frost fejrer 20 års jubilæum som aktiv TKD-udøver. Samtidig fejres Kyosa-nim Mikkel Sandager og Kyosa-nim Nicole Linde Jensens 15 års jubilæum.

Alle 3 har alle sat deres umiskendelige præg på træningen og stemningen i Østerbro Taekwondo Klub, og uden dem havde klubben ikke været den samme - så fra klub og besty-

relses side vil vi gerne sige tak for deres store indsats.

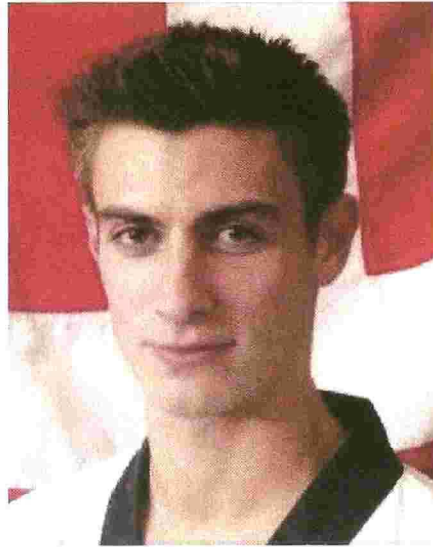
Derfor inviteres der til jubilæumsreception i "Krudttønden" beliggende på Serrildslevvej 2B på Østerbro i København, hvor der vil være lejlighed til at gratulere jubilarene, samt genopfriske gamle bekendtskaber og skabe nye kontakter. Så sæt et stort kryds i kalenderen.....

For de friske vil der være jubilæumstræning kl. 11.00 i Store Sal i

Østerbro Idrætshus på Gunnar Nu Hansens Plads 7.

Alle interesserede bedes melde deres ankomst til formand Mårten Florentz på e-mail: formand@taekwondoklub.dk

Formand Mårten Florentz
Østerbro Taekwondo Klub
Gunnar Nu Hansens Plads 7
Sal 3
2100 København N



MRK Sport • Alt til taekwondo • MRK Sport

Adidas
Adichamp
Sort eller hvid krave
599,-



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



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

Paris Open i Teknik 2004

fascineret af de smukke danskere. I det hele taget var Danmark meget efterspurgt. Efter stævnet både lørdag og søndag ville alle have taget billeder af og med os. Pigerne var meget skuffede over at Bjarke ikke kom med på billedet, for han var i bad. Også hollænderne spurgte om man skulle opfylde skønheds-kriterier for at komme med på det danske landshold. Men altså, nu er sådan nogle som Tu og jeg også med på holdet, så konklusionen må være, at danskere bare generelt ser bedre ud, end dem i de andre lande :-)

Efter Notre Dame tog vi hen og så Eiffeltårnet der var flot oplyst. Da klokken var 5 minutter i hel, gik det helt store lysshow i gang. Det var blevet sent, så vi sagde farvel til Kroatien og tog hjem. Mandag var vores sidste dag, hvor vi legede turister og shoppede på Champs-Élysée. Vi startede ved Triumfbuen i flot solskinsvejr (de andre dage hav-

de der været gråvejr) og endte ved Operaen. Selve flyveturen hjem gik hurtigt, men jeg tror alle glædede sig til at komme hjem og sove i deres egen seng.



Det danske hold

Nicole Linde Jensen

DTaF søger nye stævneledere

Er du en af DTaFs nye stævneledere?

DTaF søger 4 nye for både kamp og teknik. Vi skal bruge 2 nye stævneledere for hver stævnetype og håber at der i klubberne findes interessante emner.

Vi søger personer der bla.:

- har en solid basisviden indenfor hhv. kamp og/eller teknikstævner
- gerne uddannede dommer, men det er ikke et krav.
- har en interesse i at bruge tid med interessante og aktive mennesker og få masser af oplevelser ved DTaFs stævner landet over.
- er habil EDB-bruger
- kan holde hovedet koldt i stressede situationer
- kan indgå i et positivt samarbejde med bl.a. Breddeidrætsudvalget, Stævnegruppen og Dommersektionen.

DTaF kan tilbyde dig:

- grundig introduktion i stævneledergerningen
- uddannelse i de stævnesystemer der bruges nu og de som evt. kommer i fremtiden
- dækning af dine transport-, tlf.- og andre udgifter
- støtte og support i din gerning

Inden du bestemmer dig:

Du behøver ikke bestemme dig endelig før du har fået en grundig intro i funktionen m.m. Vi holder introdag for stævneleder-emner i kamp i Roskilde d. 5. juni 2004 kl. 11.00 samt introdag for stævneleder-emner i teknik i efteråret. Og selv om du ser dette efter 5. juni, og gerne vil være stævneleder i kamp, så tag alligevel kontakt - det kunne jo være at man ikke har fundet alle.

Hvor skal jeg melde mig?

Du kan melde sig som interesseret hos enten Jesper Bistrup tlf. 44 68 80 80 eller Torben S. Hansen tlf. 86 52 41 40/23 20 07 17. Eller evt. pr. mail - se www.taekwondo.dk

Vi ser frem til at høre fra dig!!!
Taekwondo i Danmark har brug for dig!!!

Udtagelser til Prøve-VM i Teknik

Teknik-landsholdsledelsen har udtaget følgende til Prøve-VM i Teknik, som afholdes i forbindelse med Junior VM i kamp i Korea medio juni 2004:

Emil Knudsen, Haderslev
Bjarke F. Larsen, Herning
Mark Lee Larsen, Skanderborg
Khoa Dang Ngo, Viby
Lisa Lents, Rønne
Nicole Linde Jensen, Østerbro

Ideen er god, da man nu har mulighed for at få justeret regelsættet, som blev vedtaget v. WTFs generalforsamling i efteråret 2003, inden det går rigtigt løs i 2006.

Lars Gregersen, EIU



Welcome to
www.dfdstransport.dk

DFDS Transport A/S
Nokiavej 30
DK-8700 Horsens

Tel.: +45 79 29 70 00
Fax: +45 76 27 74 00

International Transport & Logistics

Junior VM i kamp 2004

Medio juni 2004 afholdes der Junior VM i kamp i Korea og DTaF sender 3 talentfulde junior-kæmpere der- over.



Fotograf: Tue Sørensen

Charlotte Paik Bjelke

Alder: 15 år

Klub: Esbjerg TKD Klub

Grad: 1. kup

Vægtklasse: DJ 49-52 kg

Jeg kom til Danmark allerede da jeg var 3 måneder gammel, så nu er jeg dansker (med jysk accent) og koreanske rødder.

Til daglig går det meste af min tid med skole, lektier og taekwondo. Og så træner jeg det yngste hold i klubben, der hedder "Tiger Team".

Jeg startede på Taekwondo, fordi jeg gerne ville lære den kampsport at kende, der som jeg selv, kommer fra Korea. Og så var det blevet surt bare at skulle sparke ud i luften uden rigtig at lære det. Min far kendte i forvejen Otto Larsen, min nuværende træner, som længe havde sagt, at jeg skulle prøve at gå til taekwondo, for det var da "lige noget for mig". som han sagde. Efter at have set en opvisning fra Esbjerg Taekwondo Klub til "Idrætsnatten" her i Esbjerg, meldte jeg mig ind i klubben, og jeg har nu været medlem i snart 5 år.

Jeg begyndte at kæmpe, efter at have været tilskuer til et begynderstævne og syntes, at det så meget spændende ud. Egentlig var det dét,

jeg fra starten gerne ville, i stedet for poomse, men bare ikke kunne gøre, før jeg fik mit orange bælte. Jeg har nu kæmpet i ca. 4 år og det hele er gået meget stærkt. Jeg har kæmpet junior i ca. et år og VM i Korea bliver mit 3. udenlandske stævne, så det bliver meget spændende.

Efter at jeg vandt flere stævner og DM 2002 er det også resultatmæssigt gået okay det sidste år, hvor der er sket meget for mig. 2003 gik det fint. Jeg vandt guld ved DM og også ved samtlige andre stævner. I 2003 begyndte jeg at træne på Talentudvikling om mandagen under ledelse af Anders og Ruth. 2004 er startet okay. Jeg tabte finalen med et enkelt dumt point ved NM, senere vandt jeg JM og blev skadet, og troede slet ikke at jeg kom med til DM, men jeg nåede heldigvis det hele og det gik da også nogenlunde okay.

Jeg træner 4-5 gange om ugen og løber ved siden af for at blive klar til VM, og så ved jeg at mine trænere og nogle af mine klubkammerater og sikkert specielt Heidi Jepsen vil hjælpe mig med at blive mentalt klar til VM.

Jeg glæder mig helt vildt til at deltage ved VM i Korea, og vi skal også deltage i nogle samlinger inden vi skal afsted. Vil selvfølgelig lære så meget som jeg kan og ellers lytte efter hvad de kloge hoveder har at sige. Jeg er jo ikke så rutineret endnu, så jeg prøver så godt jeg kan at suge alle indtryk til mig.

Ved VM håber jeg at kunne gøre en god figur, men jeg ved også at det bliver et meget skrappt selskab, så jeg håber på, at jeg får rigtigt meget ud af samlingerne. Jeg vil i hvert fald gøre mit allerbedste og så ellers håbe på, at jeg ikke løber ind i flere skader - dem kan jeg godt undvære. VM vil kunne give mig mere rutine og erfaring samt følelsen af at være til et rigtigt stort stævne, med de bedste kæmpere i verden.

Ellers håber jeg at det bliver en rigtig god tur. Det bliver nok lidt mærkeligt for mig personligt at komme til Korea..... men jeg håber at vi 3 der skal afsted, vil støtte og hjælpe hinanden, så det for os alle bliver en god tur. Og så ville det da heller ikke være skidt, hvis vi fik lidt metal

med hjem?



Tibo Jensen

Alder: 15 år

Klub: Gladsaxe TKD Klub

Grad: 1. Dan

Vægtklasse: HJ 51-55 kg

Jeg startede med at dyrke Taekwondo som 10 årig. Jeg havde prøvet at gå til fodbold men det var ikke lige mig. Derefter startede jeg til atletik - dette trænede jeg i 4 år. For at få nye udfordringer foreslog min far mig at jeg prøvede Taekwondo. Jeg træner nu i Gladsaxe Taekwondo Klub under Abror Haider.

Jeg kom på talentholdet som 13 årig og er lige startet på juniorlandsholdet i marts måned i år.

I fritiden er jeg sammen med familie og venner, og ellers bruger jeg af min tid på at træne.

På en almindelig dag løbetræner jeg om morgenen 10-15 minutter og smidighedstræner i ca. 45 minutter. Derefter går jeg i skole indtil 13.35, så går jeg i motionscenter og laver konditionstræning og lidt styrketræning. Kl. 18.00 træner jeg i klubben indtil ca. 20.00.

Op til VM træner jeg sammen med seniorlandsholdet en gang om ugen og når der er samlinger.

Abror har lavet en kostplan til mig og en træningsplan som jeg følger. Det er ikke så meget anderledes end den måde jeg plejer at spise og træne på.

Mine forventninger til VM er at gøre det så godt som muligt, men selvfølgelig helst vinde!

Junior VM i kamp 2004



Cecilie Bodal Jensen
Alder: 15 år
Klub: Viby Olympia
Grad: 1. Dan
Vægtklasse: DJ 46-49 kg

Jeg begyndte at træne taekwondo fordi min bror går til det, og så også fordi jeg gerne ville kunne forsvare mig selv.

Til dagligt træner jeg og ellers bruger jeg tiden på familie, venner og skole.

Jeg begyndte at kæmpe fordi mine trænere gerne ville have at jeg skulle prøve at træne kamp og siden hen har jeg kæmpet. Vores klub har altid været en kampklub så derfor begyndte jeg på et hold som hed Taz Team.

Jeg har kæmpet siden 1999. Jeg begyndte med et begynder-stævne og siden hen er der kommet int. stævner til. Jeg fik bronze til NM i år

samt guld ved Scandinavien Open i 2003. Der var ingen i min vægtklasse til JM og til DM var jeg syg.

Jeg vil forberede mig ved at træne rigtigt meget og styrketræne derudover. Og så selv løbe for at holde konditionen ved lige.

Mit mål er at komme langt ved VM og ellers at gøre mit bedste. Jeg håber at det kommer til at gå rigtig godt for os alle sammen. Og jeg ved at vi alle vil gøre vores bedste.

interviews foretaget af redaktør Gitte Gregersen

Taekwondo som valgfag i skolen

På Silkeborg Skolen kan man bo med udsigt til Gudenåen og bøgeskoven og tage en 10. klasse med taekwondo som valgfag.

Man kan dels følge et hold, som jeg selv træner - det er dog oftest begyndere - dels kan man træne i Silkeborg Taekwondo Klub, som ligger få 100 m. fra skolen.

Skolen betaler kontingentet, da man

betragter enhver idræt i en forening som et gyldigt valgfag.

Skolen tilbyder i øvrigt alm. skolefag med en 10. klasses afgangsprøve i dansk, engelsk, matematik og tysk (tysk er valgfrit).

Desuden gør skolen meget ud af sin sundhedsprofil, så man lærer rigtig meget om kost og ernæring og et godt liv, ligesom man har ganske

mange idrætstimer i løbet af ugen.

Så hvis man kunne tænke sig et spændende år i tæt fællesskab med andre unge mennesker, hvor man får noget personligt ballast, kan jeg varmt anbefale "SilkeborgSkolen - sundhed og sport i Søhøjlandet".

Besøg evt. skolen på www.silkeborgskolen.dk

Du må også gerne kontakte mig privat på tlf. 86 80 14 21.

Per Kjær, 5. Dan
Silkeborg TKD KLUB



Dine præstationer er en præmie værd

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

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

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

Repræsentantskabsmøde 2004

Vejret var traditionen tro pragtfuldt da klubberne lørdag den 17. april samledes i Roskilde omkring Dansk Taekwondo Forbunds årsmøde.

Deltagerantallet var lavt (55 ud af 94) - meget lig sidste år som var 53 ud af 90. Om det skyldtes det gode vejr eller fordi dagsordenen ikke var det mest spændende er ikke til at vide. Der var fredsvalg på alle poster, og samtlige lovforslag der kom til afstemning blev vedtaget uden det store postyr - ja, hvis jeg ikke husker meget forkert kom stemmesedlerne kun i brug en enkelt gang.

Den ene gang jeg husker, at stemmesedlerne kom i brug, var i forbindelse med forslag 9 til vedtægterne: placering af børnekæmpere i homogene vægtklasser til stævner fremover. Der var en god debat både for og imod inden afstemningen. Afstemningen sluttede 45 for og 8 imod - 2 stemte ikke.

Det var en dag med både goddag og farvel:

Der blev budt velkommen til 7 nye klubber i forbundet; Struer, Herfølge, Ølstykke, Odense City, Vanløse, Fjordager og Hundslund. Der blev sagt farvel til en højgravid formand, Karin Schwartz der var sat til at føde 3 dage senere. Hun vil kunne se tilbage på 2 hektiske formandsperioder på både godt og ondt.

Der var kun en kandidat til formandsposten, nemlig Søren Holmgaard Knudsen. Den 40 årige ambulance-supervisor har trænet taekwondo siden 1980. Han startede i Brørup, rykkede så til Århus og senere til Skanderborg hvor han, så vidt jeg ved, slår sine folder nu. Han er ikke ukendt i forbundet - han er faktisk en ret populær og respekteret person - både som leder samt for sine menneskelige værdier. Som leder har han en flot baggrund; tidligere siddet i hovedbestyrelsen, Børn og Unge-udvalget, teknisk Udvalg, BIU-udvalget m.m. Og han blev valgt med store klapsalver.

Efter de respektive valg har hovedbestyrelsen og de to udvalg følgende sammensætning:

HOVEDBESTYRELSEN

Formand Søren H. Knudsen

22 (nyvalg)

Næstformand Torben S. Hansen
Sekretær Bente Kruse (genvalg)
EIU-formand Per Holdt Madsen
BIU-formand Vivi Bak (genvalg)

BIU-UDVALG

Formand Vivi Bak Jensen (genvalg)
Medlem Søren Sivertsen (genvalg)
Medlem Jesper Bistrup
Medlem Michael Sørensen (nyvalg)
Medlem Christian F. Andersen (genvalg)

BIU-UDVALG

Formand Per Holdt Madsen
Medlem Lars Gregersen
Medlem Jørn Kempel (genvalg)

Traditionen tro blev årets leder og årets udøver for det forgangne år hædret.

Årets udøver 2003

Nicole Linde Jensen, Østerbro TKD Klub blev kåret med følgende begrundelse:

Nicole, som er på det danske Tekniklandshold, er trods sin unge alder (24 år) en af Danmarks, og Europas, bedste kvindelige teknik-udøvere. Ved EM i juni 2003 på Korsika stillede hun op i ikke mindre end 4 discipliner og vandt guld i Individual og Mix Team, sølv i Synkron samt fik en 4. plads i Mix Par. At stille op i 4 discipliner, med så gode resultater til et EM, er i sig selv noget af en bedrift. Nicole er en aktiv, seriøs og målrettet udøver. Hun er desuden aktiv på DTD, talentudviklingsstræner, teknik-dommer samt aktiv træner i sin klub.

Årets leder 2003

Axel Trillinggaard, Skive TKD Klub blev kåret med følgende begrundelse: Axel har ydet en imponerende arbejdsind-

sats som leder, både i klub- og forbundsregi, igennem mange år og regnes for en bærende kraft og en uvurderlig leder både i forbundet og i sin klub. Udover det daglige arbejde i sin klub, arbejder Axel energisk og engageret som koordinator for Teknisk Udvalg.

Der blev også uddelt en **bronze-nål**. Den gik til 62 årige Karl Erik Jensen fra Svendborg TKD Klub. Karl Erik har været kasserer i Svendborgklubben siden 1983 og bidrager desuden i det daglige arbejde i klubben.

Helhedsrådgivningsrapporten blev gennemgået og var til drøftelse. Den vil jeg ikke komme ind på her. Vores nyvalgte formand har allerede nævnt det vigtigste i sin leder.

Gitte Gregersen



Axel kåres som årets leder af Karin Schwartz



Karin Schwartz overrækker Nicole blomster og gave

Afsked med en Taekwondo-legende



Torben S. Hansen tager afsked med den gravide afgangende formand

DTaFs taekwondo-ledere tog afsked med Karin Schwartz på forbundets repræsentantskabsmøde den 17. april 2004. Karin har formentlig ikke sagt helt farvel til den sport, som har været hele hendes liv siden hun som 10 årig, i 1978, startede i Esbjerg Taekwondo Klub. Nu skal hun på en længere orlov fra den sport hun elsker så højt. Nu skal det dreje sig om hendes søn Viktor!

Karin har en fantastisk Taekwondo-karriere bag sig, både som leder og elitekæmper. Karin blev hjælpetræner på et hold som 13 årige - og hun var pavestolt da hun fik sin egen nøgle til klubben. Hun var 16 år da hun begyndte at beskæftige sig med bestyrelsesarbejde i klubben. Og hun har siden hen beskæftiget sig med organisatorisk arbejde: Region Syd, Børn & Unge-udvalget og hovedbestyrelsen. Som kæmper har hun også en fantastisk - og lang - karriere. Bl.a. OL-sølv i 1988, EM-guld i 1998 og over 20 danske mesterskabstitler i træk.

Held og lykke, Karin!

Gitte Gregersen

Det historiske hjørne

Torben Sachmann Hansen, formand i Skanderborg TKD Klub er kendt af de fleste for sin størrelse, sin dygtighed som leder, sin evne til at magte meget på én gang og for sin "direkte" måde at være på.

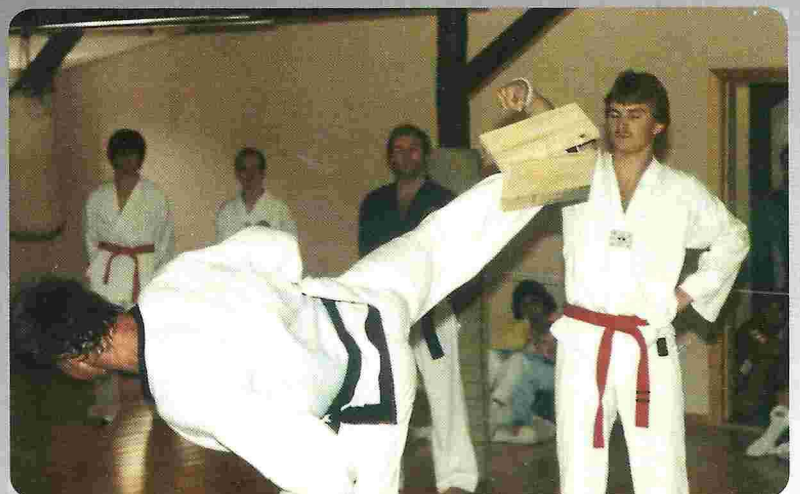
Jeg har gravet lidt i arkiverne og fundet lidt frem fra gemmerne om Hansen. Hans meritter som leder er mange; Formand i Region Nord 1986-1991, Næstformand i CV siden 1988, formand for Skanderborgklubben samt med i drætssamvirke i Skanderborg Kommune siden midten af 80'erne, hovedbestyrelsen 1991-97 og igen fra 2001.

Var en meget aktiv udøver tidligere. Fik 1. Dan i 1986 (den 7. i klubbens historie). Stod bl.a. for klubbens kamphold hvor han bl.a. trænede Morten Kryger (som kom på landsholdet). Fra midten af 90'erne kom det organisatoriske til at fylde mere og mere og han blev mindre aktiv med årene. Han kom også selv til

at fylde mere :-)
Man kan sige, at han ændrede sig til et symbol på breddeidrætten :-)

Lige en sjov historie at slutte af med: Torben blev kåret som årets leder

2003 i Skanderborg. Og overskriften i Horsens Folkeblad lød: "Diktator blev årets idrætsleder". Den overskrift har sikkert været til stor underholdning i Skanderborg



Torben (med 2. kup) som han så ud i 1985

Taekwondo Klub!!!

Gitte Gregersen
Redaktør

Taekwondo udstyr i topkvalitet

Nyt direkte tlf.nr: 2145 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. 169,00



Sko, 32-46 kr. 2 69,00



Vendbar kampvest, XS-XL kr. 399,00



Taske kr. 269,00



Benbeskytte r, XS-L kr. 2 09,00
Armsbeskytte r, S-L kr. 189,00



Hjelm, S-XL kr. 398,00

Skridtbeskytte r, S-L kr. 1 59,00



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

