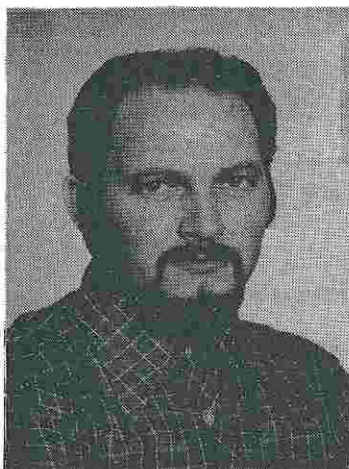


# TAEKWON-DO



## FORBUNDS-BLAD

# 5 / 76



Forside-billedet forestiller Choi Kyoung AN 6 Dan i klarstand til Koryo Poomse som er til 1 dan. Billedet er taget af Frank Christiansen

Gunnar Sørensen 2 dan  
Formand for D.T.F.  
Formand for S.T.K.  
Vicepræsident i E.T.U.

## DANSK TAEKWON-DO FORBUND

✓ Gunnar Sørensen

Stenbjergparken 9a

6400 Søndeborg

Tlf. (04) 42 78 15

Redaktionens  
Adresse er:  
Frank Christiansen  
Lundgade 2a  
6800 Varde

Forbundskasserer: Poul Erik Sund meddelte undertegnede at han med øjeblikkelig varsel trak sig tilbage som forbundskasserer. Alle er klar over at uden en kasserer kan forbundet ikke eksistere, og vi har på et ekstraordinært repræsentantskabsmøde i Vejle den 2. oktober valgt en ny kasserer. Det blev Vagn Jensen fra Varde.

Choi Kyoung An, dansk rigstræner for D.T.F. har fået arbejds- og opholdstilladelse i et år.

Den første dan træning er afholdt, og det er mit indtryk at der var tilfredshed med træningen.

Der er også afholdt en kombineret fælles- og kamptræning, den første i en række. Den blev afholdt i Thisted, og fællestræningen var vellykket med ca. 120 deltagere, men til kamptræningen var der 11 mand.

Det kan skyldes at man ikke har været informeret fra klubben om denne kamptræning, for det kan ikke være rigtigt at der kun er 11 mand der er interesseret i at komme på landsholdet.

Jeg har i den sidste tid modtaget breve fra 4 klubber, der har meddelt at deres klub har skiftet navn fra klub til skole, for som man skriver det lyder mere professionelt og man kan bedre hævde sig over for de konkurrerende skoler i byen, det skal jeg undlade at kommentere.

Men jeg skal meget kraftig understrege at hver gang der er en klub der ændre navnet til skole bliver det endnu mere vanskeligt at overbevise Dansk Idræts Forbund om at vi køre med amatørklubber i Danmark og ikke med professionelle skoler som de andre karate systemer. Jeg har fornylig haft et møde med en D.I.F. repræsentant, og det var en af de ting han vendte tilbage til når jeg forklarede at vi var amatører, så derfor "stop det" det kan gå ud over os alle sammen.

Den endelige træningsplan for D.T.F. er endnu ikke udsendt da vi mangler oplysninger fra enkelte klubber, hvis disse oplysninger ikke kommer snart, vil en anden klub få opgaven.

formand  
Gunnar Sørensen

---

**HUSK AT  
SENDE  
NYT STOF  
TIL BLADET**



## NUNCHAKU

i mini format til nøglekneple eller til at hænge på tasken

**PRIS 13 kr. — porto**

Tændstikken viser størrelsen.

**NUNCHAKU** i fuld størrelse til den billige pris af 30 kr. — porto.

Navn: .....

Adr.: .....

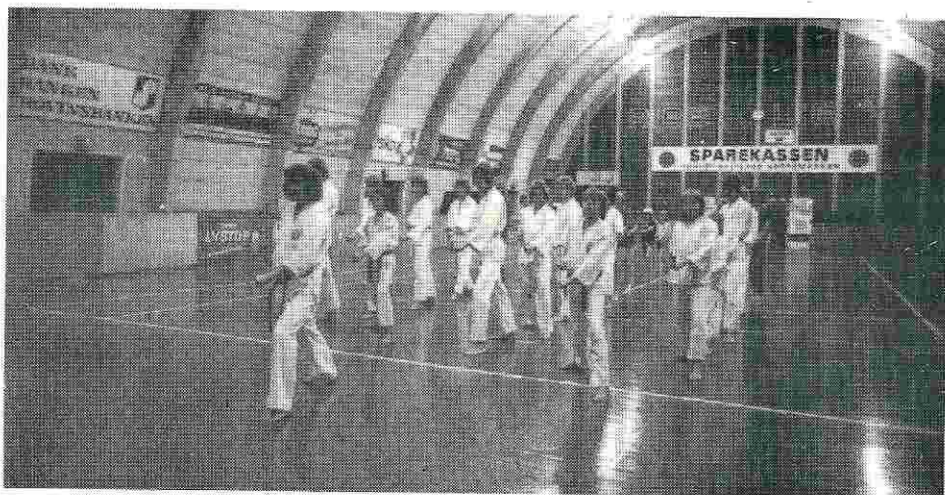
By: .....

Mini

Fuldstørrelse

---

HAN-KUK Ribe har trænet i ca. 4 måneder, med Frank Christiansen 1 kup som instruktør. Klubben ligger på med 30 medlemmer. Og den 1.11 tager vi igen nye medlemmer ind i hele november måned. Den 15.11. skal klubben afholde sin første graduering. Det er Gunnar Sørensen der kommer og kikker på klubbens standart.



## Fra HAN-KUK Ribe

### ET KLUBMESTERSKAB!

Varde Taekwon-Do Klub afholdte den 2.10. 1976 individuel klubmesterskab. Der blev kæmpet i 3 vægtklasser:

*Klassen under 62 kg.*

*Klassen over 62 kg. samt en fri klasse.*

**Klassen under 62 kg. blev undet af:**

- |                       |        |
|-----------------------|--------|
| 1. Torben Christensen | 7 kup. |
| 2. Finn Petersen      | 7 kup. |
| 3. Michal Petersen    | 8 kup. |

**Klassen over 62 kg. blev vundet af:**

- |                   |        |
|-------------------|--------|
| 1. Allan Brønholt | 7 kup. |
| 2. Vagen Jensen   | 8 kup. |
| 3. Lars Pedersen  | 5 kup. |

I den fri klasse vandt Hans Jørgen Nielsen 6 kup en overraskende sejr over Bjarne Mortensen 2 kup., der blandt andet vandt sølv til DM. 3. pladsen gik til Bjarne Krintel 5 kup.

Så er de første Taekwon-Do bøger blevet udsendt, og jeg skal opfordre de personer som har bestilt en bog, men ikke har modtaget noget, om at indsende en ny bestillingsseddel, det har vist sig at der er en del bøger der er kommet retur på grund af at adressen er ukendt, og det er måske den du går og venter efter (husk skriv tydeligt, helst blokbogstaver).

Men en ting som jeg syntes er meget dårligt, er at man bestiller en bog, men nægter at modtage den, og jeg vil derfor henstille til alle, at man kun bestiller bogen når man vil modtage den, og jeg kan da oplyse at det koster små 10 kr. at få en bog retur. Budgettet for bogen er i forvejen meget stramt, så derfor SKÅN os for denne ekstra udgift.

Gunnar Sørensen



## EN TRÆNING MAN IKKE SÅDAN GLEMMER

Deltagerne til 1 dan træningen fra Esbjerg og Varde Teakwon-Do klubber, er vel nogle af dem der bedst vil huske denne træning, ikke fordi at den var specielt hård ved os, men fordi vi havde en lidt speciel oplevelse på vores hjemtur fra Vejle.

Da vi var ca. 20 km fra Esbjerg begyndte bilen pludselig at bumpe så mærkeligt, og vores chauffør siger vi er sku nok punkteret, det lort, men det fik han kun lige sagt da vi blev overhalet af et meget mærkelig tingeste der senere viste sig at være vores venstre baghjul. Og enhver kan vel forestille sig hvilket bump det gir', når en Austin 1000, læsset med 5 voksne personer tager et møde med asfalten.

F.C. Varde

# husk AT TEGNE ABONNEMENT PÅ BLADET

Redaktionens  
Adresse er:  
Frank Christiansen  
Lundgade 2a  
6800 Varde

# Taekwon-do

Af Gunnar Sørensen

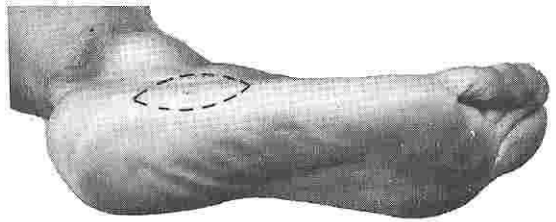


Grundteknik 1: 10-9-8-7

# Et udsnit af grundteknik

## Balnal (knivfod)

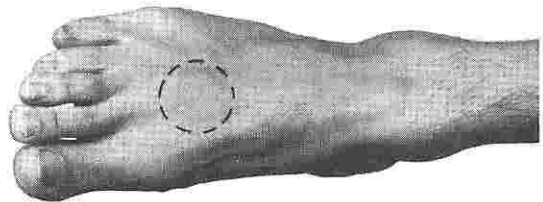
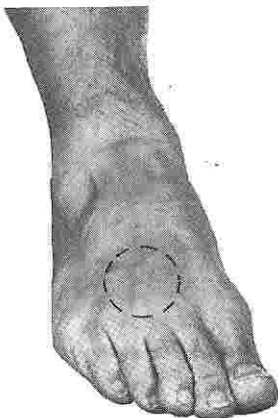
1. Den udvendige æg af foden kaldes Balnal
2. Balnal er punktet, hvormed man rammer.



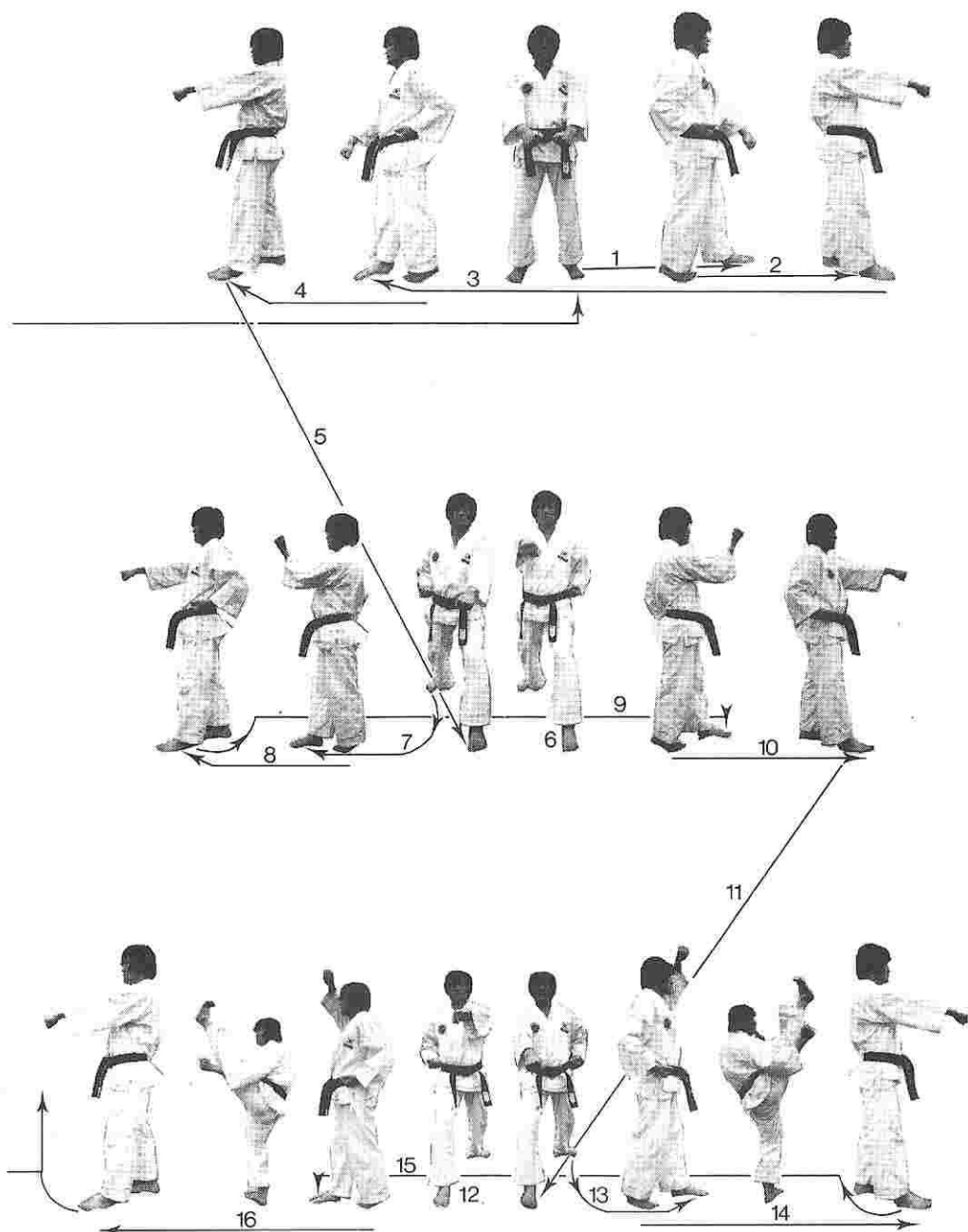
---

## Baldeung

1. Baldeung er fodens vrist.
2. Angrebet bliver udført med vristen.



# Et udsnit af samlingsbillede fra Taegeuk il Jang





# Taekwon-do grundteknik 1

indeholder:

Taekwon-doens historie

Taekwon-doens teorier

Pensum til 10-9-8-7 kup

Grundteknikken i tekst og billeder

Gennemgang af graderingspensum og forklaring om, hvad man skal passe på.

---

## Taekwon-do grundteknik 2

Den næste Taekwon-do bog er på vej og indeholder pensum i tekst og billeder til 6., 5. og 4. kup samt videregående grundteknik.

Hånd- og benteknik i tekst og billeder

Kampteknik i tekst og billeder.

Bogen ventes færdig senest i januar 1977 og kan, af hensyn til oplagets størrelse, bestilles forud.

Prisen ventes at blive mellem 50-60 kr., men den afhænger af oplagets størrelse og kan eventuelt blive billigere.

---

Jeg ønsker at få tilsendt \_\_\_\_\_ stk. Taekwon-do grundteknik 1  
pr. efterkrav til en pris af 50,- pr. stk. + porto.

Jeg bestiller samtidig \_\_\_\_\_ stk. Taekwon-do grundteknik 2  
pr. efterkrav til en pris af 50-60 kr. pr. stk. + porto (levering december/januar).

Udfyldes med blokbogstaver

Navn

Adresse

Postnr.

By

Kan bestilles ved

Karen Margrethe Sørensen  
Stenbjergparken 9A  
6400 Sønderborg

Efter 1. januar 1977 ny adresse:  
Augustenborg Landevej 61  
6400 Sønderborg

## FØRSTE DAN TRÆNING

Den første 1 dan træning er afholdt i Vejle den 2. - 3/10. Som træner havde vi Choi Kyoung An 6 Dan (dansk ristræner). Træningsstedet var Rosenborg-hallen hvor vi trænede 3 timer om lørdagen og 4 timer om søndagen. Natten fra lørdag til søndag boede vi på Fredericiagades Vandrehjem, hvor vi også fik vores aftenmåltid serveret. Om aftenen blev der afholdt ekstraordinær repræsentantskabsmøde. Dagsordnen var at få valgt en ny kasserer, da den gamle var afgået. Den nye kasserer blev min klubkammerat

*Vagn Jensen, Varde.*

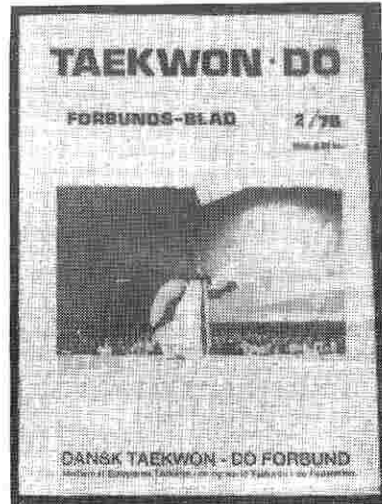
**VELKOMMEN VAGN**

F.C. Varde

Er man interesseret i at få nr. 2 & 3 i sin samling kan vi stadig levere dem på:

Adr.

Frank Christiansen  
Lundgade 2a  
6800 Varde



## NYT NAVN

Holstebro Taekwon-Do Klub har for nogen tid siden udvidet sit klubnavn til:

### Hwa-Rang-Do Holstebro Taekwon-Do klub.

Navnet Hwa-Rang-Do, som blev foreslået af Choi Kyoung An, betyder stedet hvor unge mennesker mødes og dyrker Taekwon-Do sammen.

Hwa-Rang-Do var oprindeligt en krigerskole, hvor man uddannede krigere, som skulle beskytte kongeriget Silla mod dets fjender. Silla var et af de tre kongeriger som Korea i sin tid var delt i. Der ligger altså en smule historie bag vores nye klubnavn.

Holstebro Taekwon-Do Klub har i den senere tid haft adskillige medlemmer til graduering, hvilket har faldet ud til alles tilfredshed.

Vi har ligeledes fået 26 nye medlemmer, som dog må træne under forhold som må siges at være mangelfulde. Vores samlede medlemstal er nu oppe på ca. 90.

J.U. Holstebro

## ER DET DIN!

Der skulle være en person, der under sommerlejren i Oksbøl, har haft en pibe til reparation i Oksbøl Boghandel, ejermanen bedes henvende sig til:

A. Riber Bertelsen  
6840 Oksbøl  
Tlf. (05) 27 10 58

Jeg har ladet mig fortælle at pibens mærke er Petersen, meget dyr eksemplar, ligeledes at den person som har indleveret den skulle komme fra Jylland. Jeg håber at hvis pibens ejermand ikke selv læser dette, og hvis der er andre der har kendskab til dette, vil gøre ham opmærksom det det.

K.W.Oksbøl

---

## FÆLLES TRÆNING I OKSBØL

I weekenderne 15. - 16.1. - 1977  
26. - 27.3. - 1977  
23. - 34.4. - 1977

(1) Træningen starter lørdag kl. 14.00 - 15.30, (pause) 19.00 - 20.30, søndag kl. 10.00 - 11.30, (pause) graduering fra kl. 13.00 - ca. 16.00 - 17.00.

(2) Gradueringsgebyr 10 kr. for juniore og 25 kr. for seniore.

(3) Pris for selve træningen er 30 kr. per person.

(4) Skal du overnatte i Centret koster det 10 kr. per person.

(5) Instruktør CHOI KYOUNG AN 6 DAN (dansk rigstræner).

(6) Du skal evt. huske: Do-bog - pas - sovepose - mad - madras.

(7) En betingelse for graduering er at du deltager i træningen.

(8) Evt. spørgsmål stilles til:

Alex Jensen, Nygårdsvej 60  
6700 Esbjerg, tlf. (05) 13 31 67

eller til

Vagn Jensen, Frisvadvej 34  
6800 Varde, tlf. (05) 22 38 32



## OPVISING I GRINDSTED

Den 10/10 - 76 afholdt Grindsted Teakwon-Do Klub en opvisning på Hansen's Hotel, med efterfølgende indtegnelser af nye medlemmer. Nedenstående billede viser en af grindstedklubbens medlemmer bræktest med yeop-chagi på tagsten. Der var ca. 75 til opvisningen og der

blev ca. 30 af dem indmeldt i klubben.

G.T.K.

Billede fra Køge.

Fra Venstre Robert Petersen i flaien front kik Klaus Henriksen. Billedet har fået en 2. plads, og er taget af Bernholm.



## NYE ADRESSER

### Esbjergs nye klubnavn:

Esbjerg Taekwon-Do klub Cheong Yong.

Adr. : Alex Jensen  
Nygårdsvej 60  
6700 Esbjerg

Tlf. : (05) 13 31 67

### Vejles nye adresse:

Adr. : Palle Hansen  
Egevang 6 st.  
7100 Vejle

Tlf. : (05) 83 47 59

### Ribes adresse:

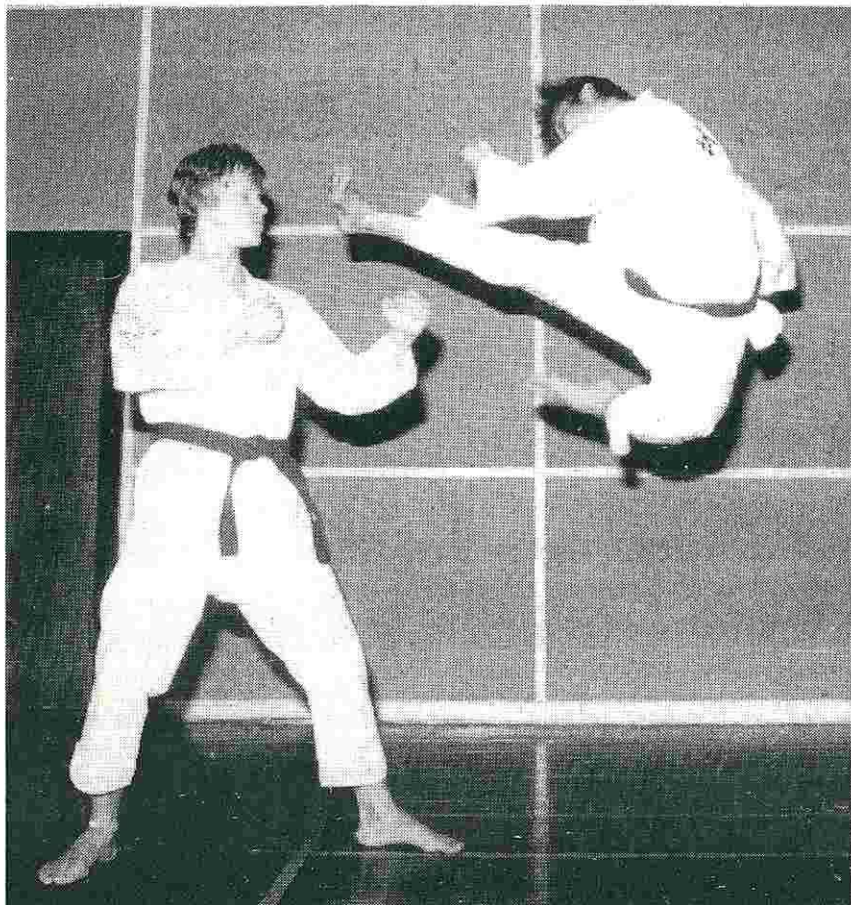
Adr. : Frank Christiansen  
Lundgade 2a  
6800 Varde

---

Billede tilsendt af Palle Petersen, Ballerup.

Det er taget på trænerkurset i Oksbøl og viser Shin Boo Young 6 Dan fra Tyskland med dollyo Chagi mod Gunnar Nilsen fra Chung Un.

Billedet er taget af Palle Petersen, Ballerup og har fået en 3. plads af de indsendte billeder.



# støt forbundet

TRÆNINGSDRAGTER  
STREAMERS  
MÆRKER TIL BILER M.M.  
GINSENG TONIC  
DEN FØRSTE LÆREBOG PÅ  
PÅ DANSK

KLUBBLUSER  
TASKER  
MÆRKER FOR TASKER  
BÆLTER  
DO-BOG  
T-SHIRTS



SÅFREMT DU ØNSKER AT KØBE  
ELLER EVT. HAR SPECIELLE ØN-  
SKER, BEDES DU VENLIGST RIN-  
GE ELLER SKRIVE TIL:

Karen Margrethe Sørensen  
Stenbjergparken 9a  
6400 Sønderborg  
Telefon (04) 42 78 15