



TAEKWONDO



Opdam El-Forretning

TELF. 7556 8105



DEN TAEKWONDO BA



Me Rimko
SPORT



Taekwondo nr. 1/95

Medlemsblad for
Dansk Taekwondo Forbund

Medlem af:

Dansk Idræts Forbund
Europæisk Taekwondo Union
World Taekwondo Federation

Redaktør:

Carsten Stigers
Brendstrupvej 5
8200 Århus N
Tlf. 86 10 11 79

D.T.F.'s sekretariat:

D.T.F.
Herringvej 35
8600 Silkeborg
Tlf. 86 81 16 36
Fax 86 81 30 61

Ma-to. 11.00-17.00
Ons. 18.30-20.30
Fre. 11.00-14.30

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

Meninge udtrykt i artikler, anmeldelser o.l. er forfatterens egne og kan ikke tages til indtægt for forbundets eller bladets holdninger og synspunkter. Indlæg til bladet bedes maskinskrives. Indlæg skal underskrives - oplys navn og tlf. nr. Ved fotos bedes fotografens navn oplyst.

Deadlines:

Annoncer/indlæg:
Nr. 2 1995 1/5 1995

Ret til ændringer forbeholdes

Oplag:

6.800 eksemplarer

Layout:

REECKMANN Gruppen
Hornslet . Tlf. 86 99 52 94

Forside:

Jan Glerup tager revanche over
Pascal Gentil

Leder

Dansk Taekwondo Forbund har en forrygende god og aktiv uddannelsessektion, som du iøvrigt kan læse om i dette blad.

Flere og flere deltager på forskellige kurser der til stadighed evalueres og tilpasses. Måske skal der mere tid til før kursusdeltagerne slår igennem ude i klubberne, for umiddelbart er der et omvendt forhold mellem de instruktører vi uddanner og medlemstallet ude i klubberne. I D.I.F.'s nye årbog for 1994 som netop er udkommet var vi sidste år

6578 medlemmer i forbundet, hvilket var 548 færre end i 1993. På konkurrencesiden er det til gengæld gået fremad, og Dansk Taekwondo Forbund er det 4. mest vindende forbund i D.I.F. med 45 internationale medaljer.

Det tyder altså ikke på at vores sportslige resultater har en umiddelbar afsmitning på vores medlemstal. Det er derfor vigtigt at vi til stadighed kigger indad for hele tiden at kunne arbejde fremad, og vide hvordan vi skal profilere os. Der er sikkert mange af jer ude i klubberne som har kommentarer til vores forbund og den udvikling vi hele tiden er i, og jeg vil da gerne endnu en gang opfordre jer til at benytte forbundsbladet som forum for forskellige diskussioner.

Carsten Stigers



BEGYNDERCUP LØRDAG d. 15 APRIL

Arrangør : Køge Taekwondo klub

Placering : Ravnsborghallen, Køge

Kampregler : DTF kampregler

Deltagerkrav : Se vedlagte liste

Tilmelding : Til Bendt Nørgaard
Parkvej 102 ^{2. TV}
4600 Køge
☎ 53 65 73 73
Fax 56 63 87 74

SENEST d. 12. MARTS

(TILMELDINGER EFTER DENNE DATO KAN MÅSKE
ACCEPTERES MOD BETALING AF GEBYR)

Tilmeldingsgebyr : 130,00 kr. Betales sammen med tilmeldingen på
crossed check.

Overnatning : I Køge Taekwondoklubs lokaler, Tangmosevej 87
Pris : 40,- Incl. morgenmad
Bestilles og betales sammen med tilmeldingen

Måltider : Kan købes i hallens cafeteria.
Det er ikke tilladt at medbringe egne drikke- og madvarer
i cafeteriaet.

Vejning : Fredag : I klubben, Tangmosevej 87 kl 20-22:00
Lørdag : I hallen kl 7:00 **Præcist!**

Kampudstyr : Skal selv medbringes

Tilskuere : Entré 20 kr.

Tidsplan : Endeligt program udsendes ca. 3 uger før stævnet.

Yderligere oplysninger : Bendt Nørgaard 53 65 73 73
Jens Theilgaard 53 68 71 02
Køge TKD 56 63 00 93

Med venlig hilsen
Køge Taekwondo klub



v./ Claus Henriksen Hæstrupvej 29, Køge. ☎ 56 63 87 75

adidas®

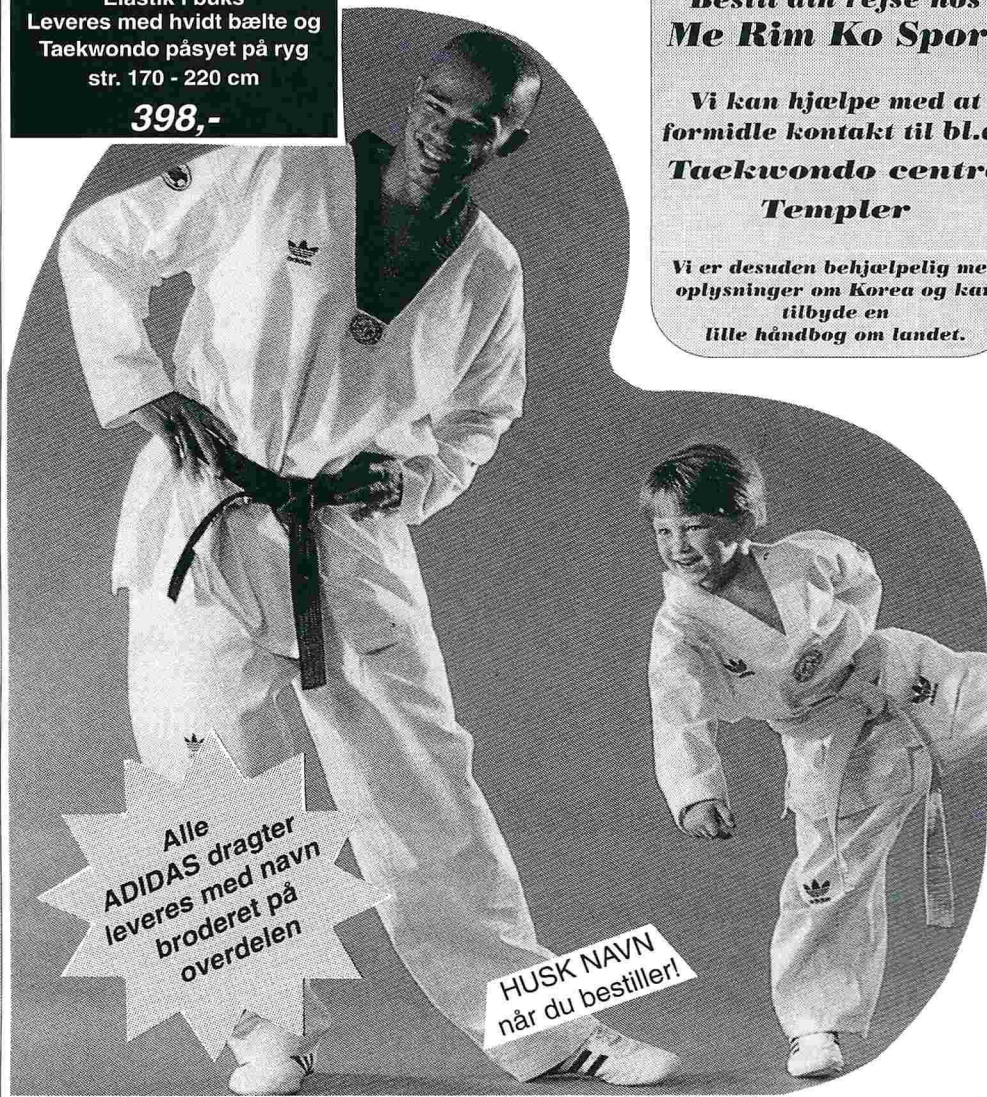
Eneimportør af adidas TAEKWONDO udstyr i Danmark

VI STØTTER KLUBBERNE

ADIDAS DOBOG

Dragt i absolut topkvalitet.
Elastik i buks
Leveres med hvidt bælte og
Taekwondo påsyet på ryg
str. 170 - 220 cm

398,-



Alle
ADIDAS dragter
leveres med navn
broderet på
overdelen

HUSK NAVN
når du bestiller!

OPLEV KOREA

*Bestil din rejse hos
Me Rim Ko Sport*

*Vi kan hjælpe med at
formidle kontakt til bl.a.
Taekwondo centre
Templer*

*Vi er desuden behjælpelig med
oplysninger om Korea og kan
tilbyde en
lille håndbog om landet.*

PINE
TREE
DOBOG



Denne dragt leveres
komplet med:
Jakke, elastik i buks, hvidt
bælte og tryk på ryggen.
Den lever op til bedste
kvalitet og design, og så er
det den billigste på
markedet.
35 % bomuld og 65 %
polyester.

Nye priser

130 cm	195,-	165,-
140 cm	205,-	185,-
150 cm	220,-	200,-
160 cm	230,-	215,-
170 cm	255,-	230,-
180 cm	265,-	240,-
190 cm	270,-	250,-
200 cm	280,-	260,-
210 cm	290,-	270,-

NY EFFEKTIV
SPARKEPUDE
i virkelig top-kvalitet
70x38x11 cm
kun **398,-**



NY PRIS
adidassko
str. 35-47
330,-



NYHED !!!
adidas vendbar kampvest
alle str. **375,-**



NYHED !!!
adidas
benbeskytter + armbeskytter
alle str.
190,- pr. enhed



Velkommen på

Me Rim Ko
SPORT

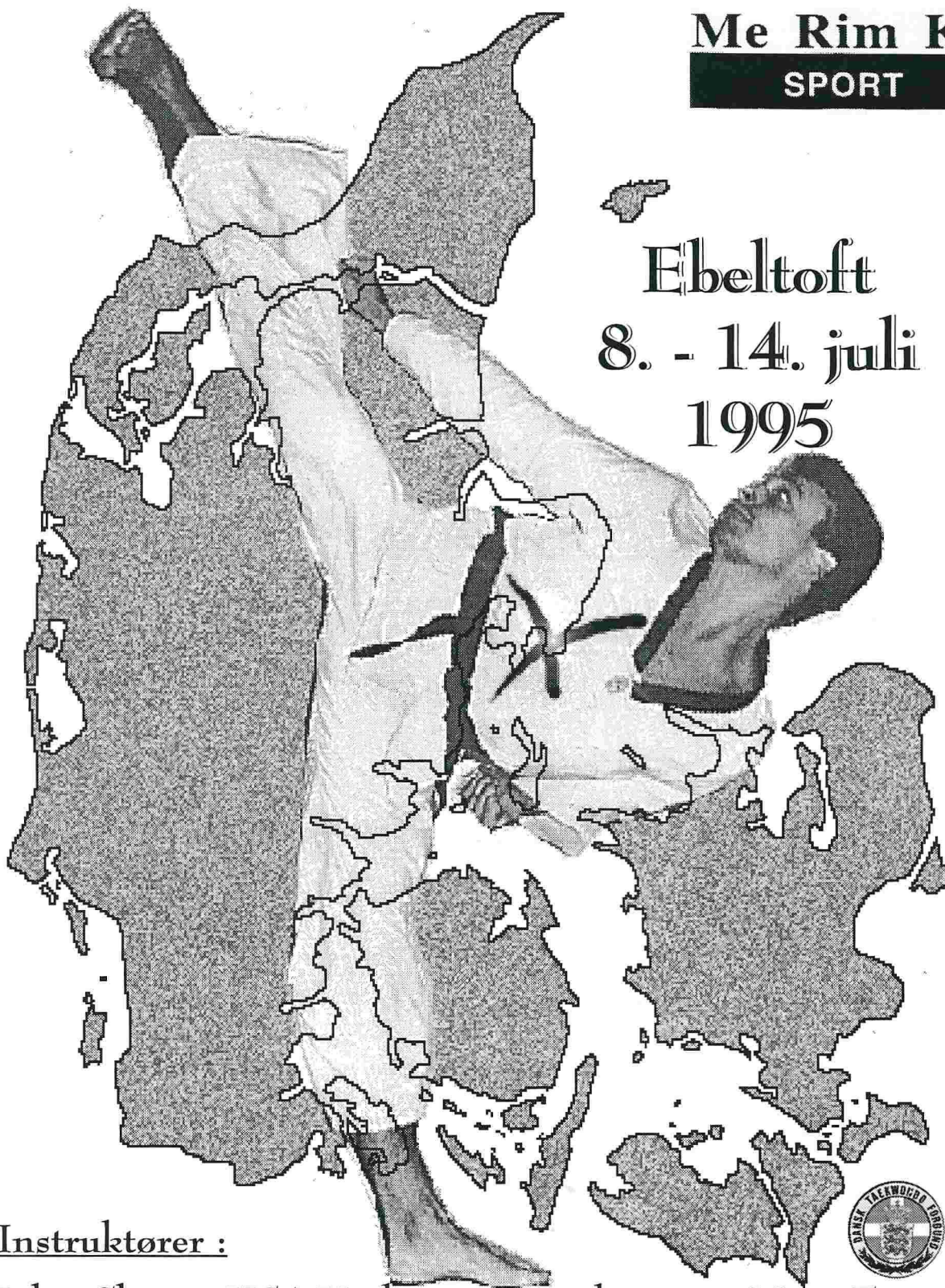
Østergårds Allé 3 · 2500 Valby
Fax 36 30 88 13
Tlf. 36 30 88 10
40 14 88 10

International Sommerlejr

Me Rim Ko
SPORT

Ebeltoft
8. - 14. juli
1995

Dansk Taekwondo Forbunds officielle sommer- og børnelejr



Instruktører :

John Chung, USA Verdensmester i kamp og MusicForms,
Member of Black Belt Hall of Fame



Choi Kyoung An, 8. dan. Danmark
Ko Tai Jeong, 7. dan. Danmark
Cho Won Sup, 7. dan. Norge



Dang Dinh Ky Tu, 5. dan. Danmark
Henk Meijer, 4. dan. Holland
Josef Salim, 4. dan. Danmark
Thomas Filyo, 4. dan. Danmark

Bjarne Sørensen, 4. dan. Danmark
Henrik Bak Knudsen, 4. dan. Danmark
Carsten Stigers, 4. dan. Danmark
Henrik Frost, 3. dan. Danmark

Arrangør : Ebeltoft Chung Mou Tlf.: 86 10 11 79

Vinterlejr 1994

Vinterlejren 1994 startede tirsdag den 27. december med en fællestræning under Dang Dinh Ky Tu.

Senere tirsdag var træningen for os på hold 4 (4. og 5. kup) under den danske kamp-landsholdstræner Ko Tai Jeong. En god omgang kamp-, selvforsvars-, koordinations- og pulstræning.

Om aftenen var der fest i Skanderborg Taekwondo Klubs klublokaler. Det forlyder at festen forløb meget roligt.

Den første træning onsdag var for os på hold 4 under Danmarks teknik landsholdstræner Dang Dinh Ky Tu. En god ikke hård teknisk træning.

Straks træningen under Dang Dinh Ky Tu var slut, startede den næste træning for os på hold 4. Det var en træning i hip-hop dans med Adam Adam fra gruppen „Cut'n Move“ som danseinstruktør. En times spændende danseundervisning i høj tempo, med store arm- og benbevægelser, der gav sved på panden og virkelig stor tørst.

Onsdag aften stod nærmest i luftpudernes tegn. Tre forskellige former for luftpuder var anbragt i den ene hal. Den ene luftpude var en ganske almindelig luftpude, hvor man kan hoppe op og lave alle mulige numre, inden man lander igen, hvilket mange fandt sjovt. Ved den anden luftpude skulle man være iklædt en særlig dragt. Det gik så ud på, at man skulle løbe hen mod puden, springe op på en trampolin, springe videre op på luftpuden for til sidst at springe op af luftpudens væg. Den særlige dragt skulle så gøre, at man klistrede fast til pudens særlige væg. En idé, der viste sig at være ret populær. Den 3. luftpude var en boksering, eller snarere et bokserum uden loft, hvor man skulle have nogle meget, meget store boksehandsker på og så bokse mod en anden. Derinde fik blandt andre landsholdskæmperen Youssef Lharraki fra Gladsaxe, Europamester i 1990, sig en kamp. Set udefra må det have set ud som om, at det var Youssef Lharraki, der vandt kampen. For en ca. syv årig pige, gik efter kampen hen til Youssef Lharrakis modstander og sagde: „hvis du nogen sinde skal kæmpe mod ham igen, så må du hellere først tegne dig en virkelig god livsforsikring.“

På et tidspunkt i aftenens løb var der en flot nunchakuopvisning udført af den hollandske nunchakuinstruktør Rik Baker.

Torsdag var den første træning under den hollandske tidligere verdensmester Henk Meijer. Før træningen skulle starte, var der



Nogle af lejrens unger efter deres orienteringsløb.



De nye danbærere blev behørigt indviet med champagne og mel.

mange virkelig bekymrede miner fra forskellige personer, på grund af Henk Meijers rygte som en meget meget hård træner, hvor man virkelig bliver pumpet for energi. Men dette viste sig at være helt forkert. Vi havde en virkelig god kamp træning, der ikke var særlig hård. Meget af tiden lavede vi sparkkombinationer på puder.

Senere torsdag stod den på halvanden times nunchaku-træning under den flere gange hollandske mester Rik Bakker. En spændende træning, hvor vi fik en virkelig god indsigt i, hvordan man laver forskellige sving og slag med en nunchaku.

Efter nunchaku-træningen var slut, skulle vi straks starte på torsdagens 3. træning, som var under den olympiske mester Gergely Salim. En helt almindelig omgang god kamptræning, hvor vi især trænede step, og forskellige kombinationer af spark på puder.

Nogle af os blev sat til at lave en enkelt tægeuk. Om aftenen var der afslutningsfest i Skanderborg Taekwondo Klubs klublokaler. En god fest, hvor der virkelig blev gået til den på alle mulige måder.

Fredag morgen skulle vi træne under Bjarne Sørensen. På grund af den næsten lige afsluttede fest blev det foreslået, at vi skulle starte med 10 min. let søvn på stedet. Det blev en virkelig god ikke hård træning, hvor vi fik finpudset vores spark. Den sidste træning var en fællestræning under ledelse af forskellige instruktører.

Alt i alt et par gode spændende dage, hvor vi virkelig fik rørt kroppen og prøvet noget nyt. Selv maden kunne spises. Så det må siges, at Torben Hansen og co. har lavet et ret vellykket stykke arbejde i deres arrangement af VINTERLEJREN 1994.

Venlig hilsen Klaus Bruhn
Pr-sektionen

U.S.Open 1995

Efter en rejse på 23 timer ankom det danske kamplandshold til Colorado Springs, for at deltage i dette års U.S.Open. Trods det smukke og forårsklingende navn i dette hovedsæde for U.S.A.'s olympiske atleter, blev de danske udøvere mødt af sne og ca. 15 gr. kulde. Dette ændrede sig dog, og da Karin Schwartz aflagde eden for de ca. 850 aktive strålede solen over Colorado Springs og over de danske kæmpere, som med 10 deltagere fik 6 medaljer med hjem.

Gergely Salim

En kamp blev det til for vel nok Danmarks ypperste kæmper. Den første modstander dukkede ikke op, og i næste kamp mødte Gergely, Justin Poos fra U.S.A. Efter kampen stod der 3-3, og amerikaneren blev udråbt som vinder. Dette afstedkom vild hujen i salen, da det var ret tydeligt at Gergely havde scoret mere end de 3 point han fik tildelt. Poos kom da også over til danskerne efter kampen. „Sorry guys, I had nothing to do with that“

Josef Salim

Med brødrene Salims ambitionsniveau gik det ikke meget bedre for Josef som måtte „nøjes“ med en bronzemedalje i modsætning til sidste års guld.

Efter at have fejlet sine 3 første modstandere af banen mødte Josef i sin fjerde kamp koreaneren In-Kyung Kim. Josef fik i denne kamp 3 advarsler af en meget uerfaren kvindelig kampleder. At vi nævner at det var en kvinde skyldes at hun udstrålede „Jeg skal vise dem at jeg er lige så god som mændene“. Det er hun måske også, men at hendes fejlvurderinger skulle gå ud over en kæmper kan kun betegnes som en skandale.

Morten Krüger

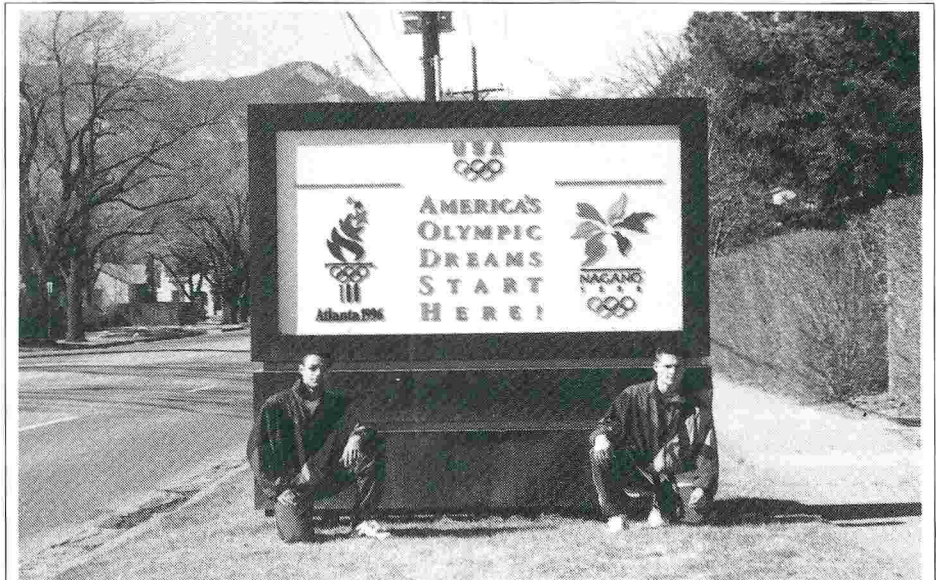
Med sin bronzemedalje ved dette stævne har Morten opnået sit hidtil flotteste resultat. 6 kampe skulle der til før denne komet fra Skanderborg måtte se sig besejret. De første 5 kampe blev vundet med 3 point eller mere. En K.O. blev det også til i den anden kamp hvor Morten sendte den amerikanske landsholdskæmper Travis Richard ind i drømmeland med et flot velplaceret baglæns cirkelspark.

Yossef L'Harakki

Efter sidste års sølvmedalje rykkede Yossef helt til tops dette år.

Med en rutineret og koncentreret indsats arbejdede Yossef sig frem mod finalen og efterlod sig besejrede modstandere fra U.S.A., Canada, Guatemala, Brasilien og Korea.

I finalen mødte Yossef, Morten Krügers overmand, Tsai Pao Chang fra Taiwan. Med erfaringerne fra Mortens kamp lykkedes det at



Michael Nyboe og Morten Krüger foran indgangen til det olympiske center

ødelægge kineserens angreb, og Yossef kunne som den første kæmper fra Danmark stige op på sejrsskamlens top.

Ruth Nissen

En halv kamp blev det til for den unge Esbjerg kæmper, som måtte trække sig i kampen mod Kathrine Taylor fra U.S.A., da en gammel knæskade brød op i 2. omgang.

Mette Nejsum

Mette rider på toppen af bølgen for tiden. Efter sin flotte sejr i landskampen mod Frankrig, byttede hun sin sølvmedalje fra sidste år ud med guldmedaljen. Efter 2 overbevisende sejre over Taiwan og Brasilien, mødte Mette i finalen Paige Le Rose fra U.S.A. Efter en 4-2 føring efter 2 omgange tabte Mette

pusten og Rose fik scoret 4 point mod Mettes 3. Mette var dog klart den bedste og fik også sin fortjente sejr.

Shirwan Hassan

En meget flot sølvmedalje blev det til, efter Shirwan i sine første 3 kampe havde besejret 2 kæmpere fra U.S.A. og en fra Korea. I finalen mødte Shirwan dog sin overmand i den kroatiske kæmper Zeljkovic, men tabte alligevel så knebent som 4-3.

Jesper Rosen

Sidste år fik Jesper en bronzemedalje. Dette år gik det desværre ikke så godt, idet Jesper allerede efter første kamp måtte se sig besejret af Gullermo Mosquera fra U.S.A.



Landsholdsleder Freddie Larsen med 2 succesrige kæmpere: Jossef L'Hasakki og Morten Krüger

DIF's ÅRBOG

1994 er udkommet!

Læs om 'Året, der gik', hvor vigtige begivenheder i 1994 gennemgås i kronologisk orden.

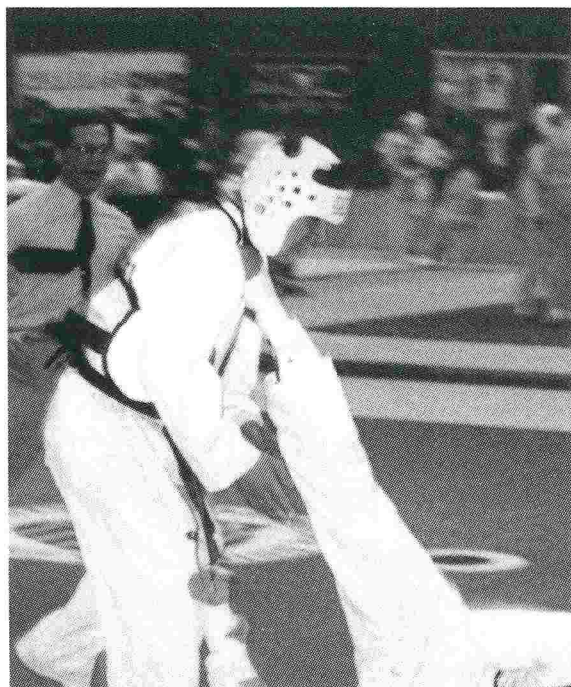
Læs kronikker af blandt andre John Idorn om den olympiske idé, Jan Molin om de frivillige organisationers troværdighedsproblem og Henning Kirk om fordomme over for ældre og idræt.

Resultater, rekorder, medaljer og andet godt i specialforbundene er udførligt omtalt.

Bogen er på 196 sider, og prisen er kun: 95 kroner + eventuel porto.

Køb den hos Danmarks Idræts-Forbund, forsendelsesafdelingen, Idrættens Hus, 2605 Brøndby, telefon 43 26 26 26, lokal 20 60.

Tilbud: Få DIF's årbog 1993 + 1994 for kun: 140 kroner + porto.



Sådan kan man også stoppe sin modstander

Videoarkivet tilbyder:

LANDSKAMP DANMARK - KOREA 1987
LANDSKAMP DANMARK - KOREA 1989
LANDSKAMP DANMARK - KOREA 1991
LANDSKAMP DANMARK - KOREA 1993
EUROPACUP I SKT. PETERSBORG 1993
E.M. I ÅRHUS 1990
E.M. BARCELONA 1992
JUNIOR E.M. 1992
V.M. ATHEN 1991
V.M. NEW YORK DANSKE KAMPE 1993
ÅBNE TYSKE FIGURMESTERSKABER 1994
+ LANDSKAMP DANMARK-FRANKRIG 1995.
PÅ ET BÅND

BÅNDENE KOSTER 250,- PR.STK.
DE MED * MARKEREDE BÅND 200,-
HVERT BÅND HAR EN VARIGHED PÅ CA. 3 TIMER.

V.M. NEW YORK FINALER 1993
ÅBNE HOLLANDSKE 1993
ÅBNE HOLLANDSKE 1994
N.M. SENIOR FINALER 1992 *
N.M. JUNIOR FINALER 1992 *
N.M. 1993
BILL WALLACE SEMINAR 1992
ALS CUP FINALER 1993 *
SOMMERLEJR RISSKOV 1993 *



Båndene bestilles hos: **DANSK TAEKWONDO FORBUND**
Herningvej 35, 8600 Silkeborg

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr.: _____ By: _____

Bestiller flg. bånd: _____

Betaling vedlagt i check - Betaling indsat på giro 4 09 34 02

Michael Nyboe

Efter totalt at have udplaceret Morris Carranza fra U.S.A. mødte Michael i sin anden kamp Gary McFeeders, ligeledes fra U.S.A. En meget tæt kamp som Michael dog vandt med 5-4.

I finalen stod han overfor den rutinerede koreaner Heyon-Cheol Kim, og trods en ihærdig indsats var der ikke mange chancer mod den lynhurtige Koreaner.

Karin Schwartz

Allerede i første kamp skadede Karin sin venstre fod, men formåede alligevel at vinde 2 kampe. I sin 3. kamp mod Yung Lee fra Taiwan var skaden dog alt for hæmmende, og Karin måtte tage sig til takke med bronze i år.

Trods et ret rodet stævne, hvor kæmpere kom igennem registreringen uden at komme på vægten, eller var med i flere klasser, må det siges at dansk taekwondo endnu en gang har markeret sig som en af verdens bedste nationer.

Til sidst en lille forbrugeroplysning til de kæmpere som købte alle de nye videofilm i U.S.A. Amerikansk og europæisk standard er desværre ikke de samme, hvorfor I nok bliver nødt til at vente på at filmene udkommer i Danmark.

Taekwondo-landskamp

Danmark - Frankrig

**+67 kg Mette Nejsum (DK)
Audrey Maurice (F)**

Denne første kamp i damernes sværvægt blev en spændende og lige match, der endte 4-4. Danskeren fik sejren, da kamplederen mente, at hun var mest offensiv og initiativrig i kampen. Omgangene var 1-0, 1-1 og 2-3. Efter en god dansk start kom den kun 17-årige franske junioreuropamester stærkt igen i sidste omgang. Audrey Maurice ramte bl.a. Nejsum i hovedet med et flot baglæns cirkelspark, men det rystede kun Mette Nejsum i få sekunder. Nejsum bragte umiddelbart efter balance i regnskabet ved at angribe med et hårdt spark til kroppen. En god start på landskampen for Danmark og en kvindekamp på meget højt niveau.

**+78 kg Jan Glerup (DK)
Pascal Gentil (F)**

Denne landskampens "hovedkamp" - EM-revanche mellem den franske EM-guldvinder og den danske EM-sølvvinder levede ikke helt op til forventningerne. Begge var uhyre afventende og i 1. omg. skete der absolut intet. I 2. omg. bragte Gentil sig foran med 1-0 på et godt angreb. Han havde flere nærgående forsøg. Danskeren angreb endelig i sidste omg. og scorede et meget flot point med et forlæns cirkelspark til hovedet af franskmænd. Forinden havde franskmænd fået 2 advarsler dels for at bruge mund og for at gå ud af kampfladen, - det gav 1 minus point. Dermed vandt Glerup med 1-0. I de sidste sekunder ramte Gentil Glerup med et hårdt skubspark til kroppen, men det overså dommerne, - så den danske sejr var absolut ikke uheldig. Jan Glerup - årets idrætsnavn i Nordjylland fik sin EM-revanche, han vandt på en god sidste runde.

**58-67 kg Karin Schwartz (DK)
Cecilie Stupenengro (F)**

27-årige Karin Schwartz og 19-årige Stupenengro gav hinanden en hård og jævnbyrdig kamp. Omgangene var 0-0, 3-3 og 2-1. De to kombattanter bombarderede hinanden med hårde kropstræffere, begge var særdeles offensivt indstillede. Karins store internationale rutine bar hende gennem trængslerne, - hun kunne score de nødvendige points med forlæns cirkelspark og lige baglæns spark til kroppen, og hun forstod at få tiden sat i stå, når hun havde brug for lidt ekstra luft. En fortjent sejr til holdets alderspræsident på 5-4.

**57-66 kg Amir Rashid (DK)
Eric Labrunic (F)**

Amir Rashid fra Rødovre bragte Danmark foran 4-0 i landskampen ved at vinde en sikker sejr på 5-0. Omgangene var 3-0, 1-0 og 1-0. Amir Rashid var overlegen i alle kampens faser, og reelt sikrede han sejren alle-

rede i første omg. med sine tre hårde og flotte træffere. Derefter var al selvtilid pillet ud af Labrunic og resten var en formsag. En særdeles flot præstation af den 23 årige Rødovrekæmper.

**49-58 kg Ruth Nissen (DK)
Carine Zelmanovitch (F)**

Her kom den første franske sejr, idet Esbjerg-pigen Ruth Nissen måtte indkassere et ægte Davis-Cup Tennisæg: 0-6. Zelmanovitch 18 år og fransk mester viste sig som en uhyre stærk kæmper med et stort repertoire og en god taktisk sans. Franskmænd var meget hurtig og god til at se scoringsmulighederne. Omgangene var 0-2, 0-2 og 0-2. Det var ikke Ruth Nissens dag, hun kan gøre det bedre.

**66-78 kg Flemming Kuberovic (DK)
Eric Halejcio (F)**

Denne match blev en af stævnets bedste. Dramatisk og i højt tempo. Kampen sluttede 7-7 efter omgangene 3-2, 1-2 og 3-3. Begge kæmpere havde flotte kombinationer og spektakulære scoringer. Halejcio fik imidlertid tilkendt sejren, da han var mest offensiv og åbnede duellerne først. Begge de to dygtige kæmpere modtog en fighter pokal hver. Flemming Kuberovic fra Gladsaxe er junioreuropamester og et meget, meget stort talent.

**00-49 kg Betina Crewall (DK)
Fance Pouzoulet (F)**

Denne kamp blev utrolig pointrig. Danskeren vandt 11-9 efter omgangene 3-3, 4-4 og 3-2. De to piger gav hinanden en offensiv og jævnbyrdig kamp, der først blev afgjort til allersidst. En af de bedste præstationer hidtil fra kun 18-årige Betina Crewall.

**00-57 kg Gergely Salim (DK)
Mikael Aloisio (F)**

Den danske stjerne vandt 3-5, og kom på uventet hårdt arbejde mod den ukendte men lynhurtige franskmænd. Omgangene var 3-0, 1-0 og 2-2. Sejren var imidlertid i orden og fortjent. Gergely Salim, Gladsaxe, 3-dobbelt europamester sluttede af med at slå den danske sejr i landskampen fast 6-2 til Danmark ved denne landskamp i Kolding.

Jeg tror på, at sådanne landskampe er noget, vi vil se mere til fremover. Landskampe har appel til et bredt publikum, derfor er det skuffende, at der kun kom ca. 350 tilskuere i Kolding. Når landskampene bliver mere almindelige bør de kunne trække flere folk, specielt hvis der står noget på spil.

En anden ting, der muligvis skal ændres i fremtiden, er, at man efter min mening bør satse på at få udenlandske dommere med sammen med de danske. Med al respekt for de danske dommere i Kolding, så mener jeg, de havde glemt at få de rød-hvide briller af til denne landskamp - en landskamp har krav på en så objektiv bedømmelse som mulig.

Jeg tror, landskampene er kommet for at blive. Simpelthen fordi det er lettere for menigmand at overskue 8 gode kampe end måske 250 kampe af ret så svingende kvalitet ved et alm. taekwondostævne. Fra anden idræt ved man jo også, at landskampe er noget der interesserer faktisk hele sports-Danmark.

Til slut en stor tak til Kolding Taekwondo Klub specielt Lars Gregersen og Otto Skak der stod for meget af det praktiske arbejde omkring landskampen.

*Poul-Mejner Jensen
PR-sektionen*



Det danske og franske landshold.

Dansk Taekwondo Forbunds målsætning

Delmål 1

- Hvad er det?
- Hvad vedkommer det mig?
- Hvad skal jeg bruge det til?

Netop derfor dette lille indlæg.

Delmål nr. 1 hedder: "Kompetencegivende træner- og lederuddannelse inden 1998".

Og hvad menes der så med kompetencegivende?

Der menes kort og godt, at ved gennemførelse af et kursus er du "kompetent" til at gå videre i DTF's uddannelsessystem.

På længere sigt:

Inden ret længe og måske allerede her i 1995 indføres der kursuskrav for at kunne erhverve 1. dan.

Ud i fremtiden 1998 eller måske år 2000 bliver der, ja hold fast, en EU-TRÆNER- UDDANNELSE i 4 trin.

Der er nedsat en gruppe bestående af HB, Uddannelsessektionen, Uddannelsesudvalget, DTF's lærergruppe. Når vi sætter navn på hedder de: Morten Jensen (HB), Søren H. Knudsen (HB og ansvarlig for delmål nr. 1), Jørgen Figgè (UDD-SEK), Kaj Nielsen (UDD-SEK), Jannet Jensen (UDD-SEK), Steen Holm (UDD-SEK), Jan Rudebeck (UDD-SEK), Lars Arnum (UDD-UDV), Christian Vissing (UDD-UDV) samt Erik Meier fra Teknisk Udvalg.

Arbejdet fra 1.1.95 vil dog blive varetaget af en gruppe på 3 - 5 personer, hvoraf de to bliver Kristian Vissing og Søren Holmgård Knudsen, de 3 andre findes i januar/februar 1995.

Som du kan læse andet sted i dette blad, så er vi godt igang med træneruddannelsen, hvilket Kristian Vissing beretter om.

Et sted hvor det halter i DTF's klubber er lederuddannelsen. Årsagen til dette er nok, at vi mener, at det er kedeligt, at det er sjovere at deltage i trænerkurser, at vi ikke har tid til også at deltage i lederkurser mm.

Men nu er vi på banen med en ny slags lederkurser, som varer 4 timer, som er gratis!

Det første lederkursus hedder: "HURRA JEG ER BLEVET TAEKWONDOLEDER". Der er blevet lavet 1000 hæfter specielt til DTF og kurset er en succes idet der i efteråret 1994 har været over 150 på kurset.

Og i 1995 vil der blive udbudt min. 10 kurser.

Efterfølgeren til kurset ovenover er i støbeskeen og kommer til at hedde "HURRA II".

I skemaet kan du se det planlagte uddannelsesforløb samt i hvilket år vi påregner at udbyde kurset.

Hurra jeg er blevet Taekwondoleder	1994/95
Hurra II	1996
Målsætning - en proces	1996/97
<hr/>	
DIF-sommerseminar - 3 - 4 deltagere pr. år	1995
Klubkonsulenter - i alt 5 - 8 i DTF regi	1995/96
Idrættens Lederakademi - kun HB-medlemmer	1995/96

De tre første kurser er for klubberne og de tre sidste er for regionsbest./sektioner/HB. Men det er de 6 lederkurser, som vi arbejder med nu og 2 - 3 år frem.

Jeg vil henlede opmærksomheden på den kursusoversigt, som også er i dette blad.

Med sportslig hilsen
Søren Holmgård Knudsen
86 10 24 20

Hvad med et delmål som sagde madkursus med disse to?



Hovedimportør af Macho produkter i Danmark

PRO-SPECS®

Dragt i absolut top kvalitet med specielt design i overdel og buks for perfekt pasform. Elastik i buks. Udført i bomuld og polyester. Fås med hvid, sort eller poom krave i str. 160-210 cm. leveres med hvidt bælte, tryk på ryggen og dit navn broderet på overdel.

kr. 439,-



Træningssko

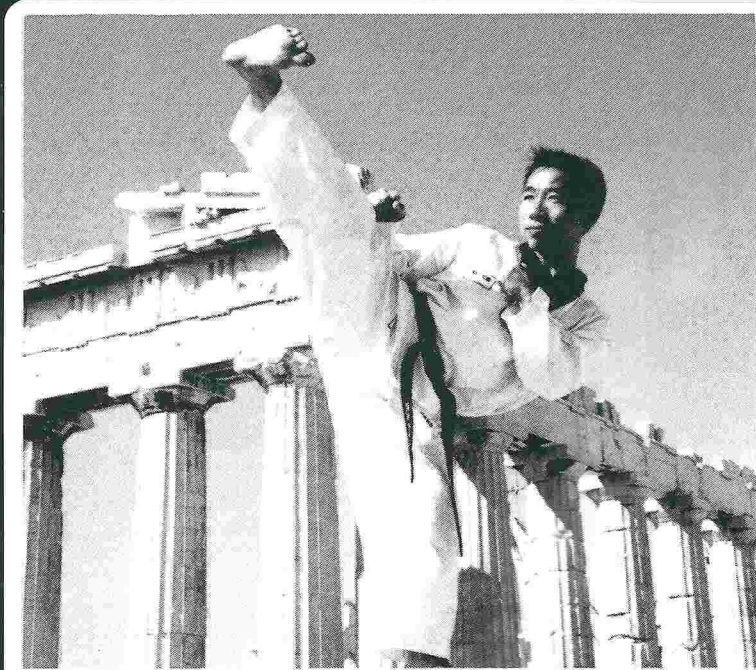
i ægte skind med støddæmpende indlæg. Str. 33-47

kr. 330,-

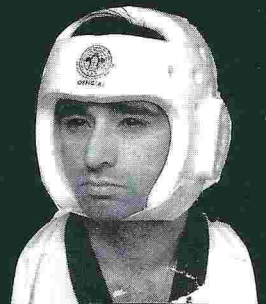
PRO-SPECS®

Macho Dobog

Dragt i absolut top kvalitet med specielt design i overdel og buks for perfekt pasform. Elastik i buks. Udført i bomuld og polyester. Fås med hvid, sort eller poom krave i str. 160 - 210 cm. Leveres med hvidt bælte, tryk på ryggen og dit navn broderet på overdel.



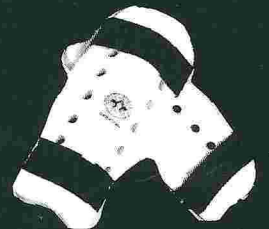
Kyto D. Dang - Guld ved EM i poomse 1993
Dansk mester 1988 - 1995



Macho hovedbeskytter

ny forbedret pasform med ekstra plads ved ørerne. Speciel stødabsorberende materiale. WTF godkendt. Str. S, M, L, XL

kr. 375,-



Macho ben- og armbeskytter

udført i speciel stødabsorberende materiale med velcrolukning. WTF godkendt. Str. S, M, L

kr. 190,-



MACHO
MARTIAL ARTS[®]

NYHED! MACHO WTF GODKENDT KAMPVEST
Vendbar kampvest med velcrolukning i str. s, m, l, xl

**CH
TRADE**

ALT i det sidste nye
TAEKWONDO udstyr

v/ Claus Henriksen . Hastrupvej 29 . 4600 Køge . Danmark
Tlf. 56 63 87 75 (10.00-21.00) . Fax 56 63 87 74

UP-DATE fra uddannelsesudvalget

af Kristian Vissing,
stud. scient. i idræt og DIF-lærer

1992 oprettedes Dansk Taekwondo forbunds uddannelsesudvalg. Intentionen var, at udvikle et taekwondospecifikt uddannelseskoncept i kursusform på træner- og instruktørsiden, som på sigt skulle kunne erstatte de hidtil brugte og meget lidt specifikke DIF-kurser.

Opstart:

Udvalget blev nedsat i en erkendelse af, at et ønske om kvalitativ undervisning ikke automatisk blev indfriet blot derved, at en højere gradueret underviste lavere graduerede. En erkendelse som vel til dels bekræftes af de høje frafaldsprocenter der desværre altid har været taekwondo's varemærke. En taekwondotræner bør for at kunne undervise kvalitativt selvfølgelig være i besiddelse af en kompetence på det taekwondoteoretiske og -tekniske område, men bør derudover ideelt set også have en vis kompetence på de undervisningspædagogiske og træningsfysiologiske områder.

Udviklingen af de sidstnævnte områder lå tidligere i DIF-regi på de såkaldte modul-kurser og træningslærekurser:

Fig. 1.

1 ➔ Modul I:	Idræt generelt/extern lærerstab
1 ➔ Modul II:	Idræt generelt/extern lærerstab
1 ➔ Træningslære I:	Idræt generelt/extern lærerstab
1 ➔ Træningslære II:	Idræt generelt/extern lærerstab

Omend DIF's undervisningsmaterialer er nok så professionelt udarbejdet er det dog aldrig rigtigt lykkedes DIF's kursislærere at drage paralleller mellem teorien og en så specifik idræt som taekwondo i praksis. De evnede populært sagt ikke at tale "taekwondosprog". Resultatet var at taekwondotrænerne herhjemme valgte ikke at deltage på kurserne. Dette var selvsagt uheldigt, idet dette fravalg jo heller ikke tjente til at højne en trænerstandard.

DTF indgik derfor et samarbejde med DIF om med inspiration fra DIF's undervisningsmaterialer, at udvikle vores egne trænerkurser. Dette indebar også, at det nu skulle være taekwondofolk der fungerede som kursislærere. Som kompetence krævede DIF af

Fig. 2.

1 ➔ Instruktør I:	TKD-specifikt/intern lærerstab
1 ➔ Instruktør II:	TKD-specifikt/intern lærerstab
1 ➔ Træningslære I:	Idræt generelt/extern lærerstab
1 ➔ Træningslære II:	Idræt generelt/extern lærerstab

disse lærere, at de havde en pædagogisk og/eller fysiologisk uddannelse på højt niveau. De 5 personer der tog initiativ til tiltaget og som ligeledes stod for udarbejdelse af kursusmateriale var Morten Zacho (MZ), Carsten Stigers (CS), Lars Arnum (LA), Kristian Vissing (KV) samt Søren Holmgård Knudsen (SHK/ansvarlig for uddannelses-sektionen).

Det overordnede kursuskoncept orienterede sig i retning af:

- * **Specifisme** at den relevante teori hele tiden søges relateret til netop taekwondo både i klasselokalet, men også i...
- * **Praksis** via praktiske træninger til, at illustrere pædagogiske eller træningsfysiologiske principper. Dette skal medvirke til at kursisten får en brugbar...
- * **"Værktøjskasse"** som vil kunne benyttes direkte i den daglige klubtræning.

I første omgang søgtes, at udvikle lærervejledninger og kursusmateriale til kurser, som skulle erstatte DIF's modulkurser. Det er de kurser der idag fungerer som de såkaldte Instruktør I og II - kurser. Indholdet af disse kurser spænder over de mere fysio-

logiske emner som konditionstræning, styrketræning, testning, skader m.v. til de mere pædagogiske emner som undervisningslære og motivationspsykologi m.v. Det første kursus blev afholdt i starten af 1993.

Idag

Vores delvist interne uddannelsessystem på trænersiden forløber altså idag efter følgende progression... (fig 2.)

... hvor træninglærekurserne stadig varetages af DIF. Træningslærekurserne går mere i dybden med træningsfysiologiske emner, som planlægning, ernæring og konditionstræning m.v. Alle de ovenstående kurser forløber over en hel weekend. Pt. udbydes år-

ligt 4-5 af såvel Instruktør I/II, mens der udbydes 1-2 af såvel Træningslære I/II. Placeringen af kursussteder har ikke hidtil fulgt en fastlagt strategi.

Fremover

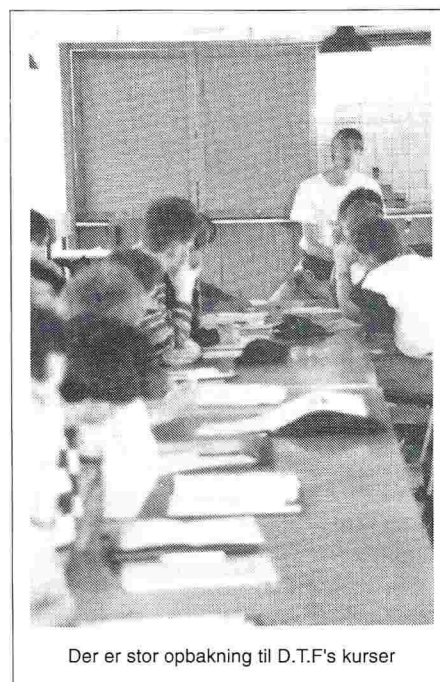
Man kan efter min mening vurdere vore tiltags succes/fiasco ud fra følgende 4 parametre:

- (1) **Kritik fra kursister.**
- (2) **Antal kursisttilmeldinger.**
- (3) **Antal deltagende klubber.**
- (4) **Kursernes værdi hjemme i klubberne.**

Skal vi vurdere ud fra de 2 førstnævnte parametre må tiltaget kaldes succesfuldt. Generelt er tilbagemeldingen meget positiv, når vi ønsker kursisters svar på, hvorvidt vi er i stand til at opfylde intentionen med de 3 konceptgrundlag og samtidig er stemningen på kurserne kun som man kunne ønske sig. Endvidere har tilmeldingen til kurserne været så god, at vi i fremtiden søger, at udbyde 6 stk. af såvel Instruktør I som Instruktør II årligt.

Vurderes tiltaget alene ud fra det 3. parameter må succesen siges at være mere begrænset. En stor del af baggrunden herfor ligger dog formentlig i det faktum, at kurserne primært har været udbudt på Fyn eller i Midt- og Vestjylland. Dette er da også medvirkende til, at vi fremover vil søge, at udbyde kurserne regionalt, (gældende fra primo 1995).

Til gengæld er det svært at vurdere en eventuel succes ud fra det 4. parameter. Når en



Der er stor opbakning til D.T.F's kurser

ung idealistisk træner vender hjem fra et kursus med mod på og ideer til sin trænergerning er der sikkert ikke noget problem i de tilfælde, hvor hun/han selvstændigt står for et holds træning. Til gengæld ser jeg et problem i de tilfælde, hvor den nyudklækkede kursist står i et samarbejdsforhold med øvrige klubtrænere, som ikke har opnået samme specifikke viden. Her kan jeg være i tvivl om hvorvidt hun/han har pondus til at trumfe nogle af sine ideer igenem. Ideelt set har de forskellige trænere i klubben opnået samme specifikke viden og kan derfor tale samme sprog. Jeg kan derfor kun anbefale en klublokal trænerpolitik gående på, at alle klubtrænere fulgte uddannelsesprogressionen. Endvidere ville jeg på klubplan anbefale trænermøder for, med de impulser som kurserne har bibragt, at udvikle en overordnet strategi for de træningsprincipper man ville benytte på forskellige niveauer i klubben.

Herved opstår endnu et problem; nemlig dette, at flere af de erfarne trænere i klubben har gennemgået de ikke-specifikke DIF-kurser og selvfølgelig ikke er interesseret i at starte helt forfra gennem uddannelsessystemet, (og iøvrigt heller ikke behøver dette). Vores næste tiltag bliver derfor, at give de erfarne trænere et uddannelsesstilbud, som vil kunne bibringe dem ny og taekwondospecifik viden der er tilpasset deres niveau. Ideen er at konstruere et antal dybdgående taekwondospecifikke temakurser af 3-6 timers varighed. Vi forestiller os derfor den fremtidige interne uddannelsesmodel således: (fig. 3)

De 3 første trin i modellen er altså tilegnet nye trænere, mens temakurserne vil blive tilbudt de "erfarne", (definition af "erfaren" følger når kursusmateriale foreligger). Der sigtes mod afvikling af prøvekurser på vinterlejren 1995 af tema I, II og III, mens deadline for tema IV endnu ikke foreligger. Det er tanken, at temakurserne vil blive udbudt på lejre i en overgangsperiode som løber frem til efter vinterlejren 1996. I denne periode må unge trænere enten stå i vente-position når de har gennemgået Instruktør I + II eller følge de ikke-specifikke træningslærekurser, (se fig. 2.). Som en ny ting for de nye i uddannelsessystemet gælder dog, at B & U-kurset skal gennemgås før tilmelding til Instruktør II kan finde sted, (se fig. 3). Dette B & U-kursus vil blive bevaret i DIF-regi, idet en yderligere specifikisme på dette område ikke er nødvendig.

I overgangsperioden er det intentionen, at gøre de tidligere træningslærekurser TKD-specifikke, sådan at disse fra medio 1996 el. primo 1997 vil kunne erstatte træningslærekurserne... (fig. 4)

... og derved fuldende et internt TKD-specifikt uddannelsessystem på trænersiden. Samtidig vil temakurserne fra dette tidspunkt udgå.

Specialkurser som massage, idrætsskader, og

psykologi vil fortsat blive varetaget af DIF, idet det ikke vurderes nødvendigt at disse kurser er specielt TKD-specifikke.

Undervisere på kurserne idag er CS + LA på Instruktør I og MZ + KV på Instruktør II. Fra 1995 vil Karin Schwartz blive tilknyttet som underviser på såvel Instruktør I som Instruktør II.

Den arbejdsproces vi forestiller os for tiden forude er selvsagt ikke mere fastlagt end at justeringer vil kunne finde sted. Husk, at I ved at deltage på kurserne er medvirkende til en udviklingsproces, som kun kan komme den overordnede målsætning om udvikling af kvalitet i taekwoundervisning til gode og husk...

... "I FÅR IKKE CHANCEN FOR AT BLIVE GODE TRÆNERE. I TAGER DEN SELV!"

Fig. 3.

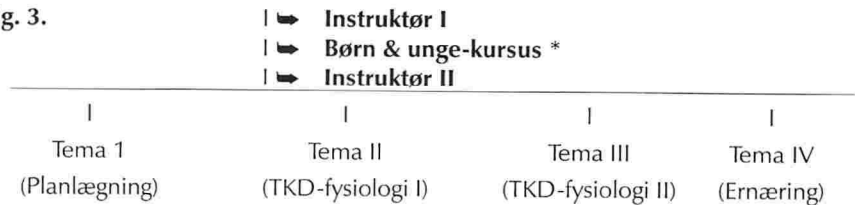
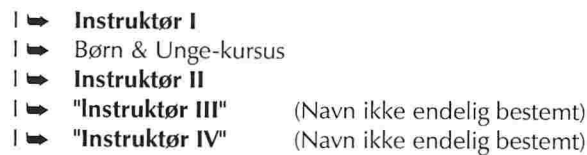


Fig. 4.



Klubmærker

Klubbens vartegn

Jeg har efterhånden været rundt i mange forskellige Taekwondo-klubber og oplevet, hvordan det har været at træne der. Indsnuset træningsånden og de specielle særpræg. Atmosfæren. I den forbindelse har jeg altid følt mig draget af klubmærket. Klubbens logo, om man vil. Hvem havde tegnet det? Hvad symboliserede det? Dets historie? (Her taler jeg om det klubmærke, der sædvanligvis påsyes dobogens venstre brystside).

Nu er det, at jeg synes, det kunne være interessant, at se hvordan de forskellige klubbers logo ser ud. Da var det, at jeg fik den idé at lave en oversigt over samtlige klubmærker i Danmark. Det er derfor mit håb at kunne indsamle klubmærker fra alle klubberne. Jeg får derfor brug for at få hver klub under DTF til at sende mig deres klubmærke, evt. vedlagt mærkets historie jfr. ovenstående. Herefter vil jeg fremstille en oversigt i farver af landets klubmærker, som så vil blive trykt i forbundsbladet.

Der kan faktisk være flere fordele ved en sådan oversigt. Fx. kan de klubber, der endnu ikke har deres eget klubmærke lade sig inspirere heraf til at få lavet sit eget. Endvidere kan det undgås, at man får lavet et mærke magen til naboklubbens. Iøvrigt, så bliver det spændende at se de forskellige (?) mærker.

Så send mig venligst jeres klubmærke inden den 25. april 1995, så vil farveoversigten blive bragt i et kommende nummer af TAEKWONDO.

Send jeres mærke til:

**Christian Petersen,
Kornvænget 13, st. th.,
2750 Ballerup.**

NB. ønskes mærket sendt retur, så vedlæg venligst en frankeret svarkuvert, da jeg har svært ved at påtage mig udgiften til at sende ca. 100 mærker tilbage. På forhånd tak.

Mange Taekwondo-hilsner

Christian
Tlf. 44 65 82 41



Kurser i foråret 1995

Instruktør II

Dato: 18. - 19. marts 1995
Sted: Esbjerg.
Pris: 410,- kr. incl. kursusmaterialer og mad (+ evt. overnatningsgebyr).
Indbydelse: Udsendes senest 5 uger før kurset.
Tilmeldingsfrist: 14 dage før kurset, til kursusleder.
Deltagerkrav: Ja, Instruktør I.
Deltagerbegrænsning: Ja, max. 28 deltagere.
Kursusleder: Jan Rudebeck, 75 93 45 24.
Specielt: Dette kursus er lavet specielt til Taekwondo og underviserne er TKD instruktører, som er godkendt af Danmarks Idræts-Forbund (DIF).

Idræt for Børn og Unge

Dato: 8. - 9. april 1995.
Sted: Thisted.
Pris: 330,- kr. incl. kursusmateriale og mad (+ evt. overnatningsgebyr).
Indbydelse: Udsendes senest 5 uger før kurset.
Tilmeldingsfrist: 14 dage før kurset, til kursusleder.
Deltagerkrav: Ja, Instruktør I.
Deltagerbegrænsning: Ja, max. 28 deltagere.
Kursusleder: Steen Holm, 86 52 46 13.

Idrætsmassage

Dato: 29. - 30. april 1995.
Sted: Fredericia.
Pris: 330,- kr. incl. kursusmateriale og mad (+ evt. overnatningsgebyr).
Indbydelse: Udsendes senest 5 uger før kurset.
Tilmeldingsfrist: 14 dage før kurset, til kursuslederen.
Deltagerkrav: Nej.
Deltagerbegrænsning: Ja, max. 20 deltagere.
Kursusleder: Jan Rudebeck, 75 93 45 24.

Kvindekursus

Dato: 6. - 7. maj 1995.
Sted: Skælskør.
Pris: 350,- kr. incl. kursusmateriale og mad (+ evt. overnatningsgebyr).
Indbydelse: Udsendes senest 5 uger før kurset.
Tilmeldingsfrist: 14 dage før kurset, til kursuslederen.
Deltagerkrav: Der endnu ikke taget stilling til, om det kun skal være for kvinder.
Deltagerbegrænsning: Ja, max. 28 deltagere.
Kursusleder: Jannet Egede-Jensen, 58 85 39 08.

Instruktør I

Dato: 20. - 21. maj 1995.
Sted: Bolbro.
Pris: 410,- kr. incl. kursusmaterialer og mad (+ evt. overnatningsgebyr).
Indbydelse: Udsendes senest 5 uger før kurset.
Tilmeldingsfrist: 14 dage før kurset, til kursusleder.
Deltagerkrav: Ingen.
Deltagerbegrænsning: Ja, max. 28 deltagere.
Kursusleder: Jørgen Figgè, 66 10 85 06.
Specielt: Dette kursus er lavet specielt til Taekwondo og underviserne er TKD instruktører, som er godkendt af Danmarks Idræts-Forbund (DIF).

Instruktør II

Dato: 3. - 4. juni 1995.
Sted: Skanderborg.
Pris: 410,- kr. incl. kursusmaterialer og mad (+ evt. overnatningsgebyr).
Indbydelse: Udsendes senest 5 uger før kurset.
Tilmeldingsfrist: 14 dage før kurset, til kursusleder.
Deltagerkrav: Ja, Instruktør I.
Deltagerbegrænsning: Ja, max. 28 deltagere.
Kursusleder: Steen Holm, 86 52 46 13.
Specielt: Dette kursus er lavet specielt til Taekwondo og underviserne er TKD instruktører, som er godkendt af Danmarks Idræts-Forbund (DIF).

Generelt

1. Lederkurserne er taget ud af kursusplanen. - Dette skyldes, at der i 1995 vil blive arrangeret 10 kurser for udvalgte klubber i DTF. Disse lederkurser vil blive arrangeret på hverdagsaftener i samarbejde med regionerne. Kursusdatoer vil blive aftalt med de berørte klubber.
2. I 1995 har vi i Uddannelsessektionen også hævet antallet af Instruktør I til 6 kurser og Instruktør II til 5 kurser. Vi har i år også prøvet at sprede kurserne mere, således at kursisterne opnår flere muligheder for deltagelse i kurser. Desuden medfører dette også en mulighed for at spare på transportudgifterne.

Med sportslig hilsen
Dansk Taekwondo Forbund
Uddannelsessektionsleder
Søren Holmgård Knudsen
86 10 24 20

Kina angriber

Omkring år 500 havde Kina overvundet sine interne stridigheder, og med den nye stærke kejser Sui i spidsen, vendte det igen opmærksomheden mod Korea.

Koguryo havde formelt anerkendt Kina som sin overherre, men i tidens løb var dette blot blevet en tom formalitet. Kina forlangte noget mere og sendte store angrebsstyrker mod Koguryo, som dog blev slået tilbage i både 598 og 615. Ifølge overleveringen skulle en af de kinesiske hære have bestået af over en million mand!!

Nederlaget til koreanerne betød bl.a. at et nyt dynasti kom til magten i Kina, nemlig Tang, som i 650 også forsøgte et angreb på Koguryo, som igen beviste deres ry som frygtløse krigere ved at slå kineserne tilbage. I 660 skiftede kineserne imidlertid taktik, og indgik en pagt med Sillas kong Muyol, som angreb Paekche østfra, mens kineserne angreb fra søsiden. Trods støtte fra japanerne måtte Paekche se sig besejret, og en kinesisk guvernør blev sat til at lede landet.

I år 667 kom turen til Koguryo som måtte kapitulere i 668, og ligesom Paekche blev underlagt en kinesisk guvernør.

Munmu, der i 661, havde efterfulgt sin far på Sillas trone, var klar over at det kun var et spørgsmål om tid før Kina ville forsøge at indtage Silla.

Munmu gjorde intet for at tækkes kineserne i deres stadige krav, og opmuntrede endda til oprør. Da kineserne angreb med en straf-feeekspedition led de et forsmædeligt nederlag.

Korea

Som en kile ligger Korea mellem det store Kina i vest og Japan i øst. Fra tidernes morgen har Korea modtaget mange impulser fra Kina, som det igen har videregivet til Japan. Hvor der kulturelt kan findes mange lighedspunkter mellem Korea og Kina, er slægtskabet, rent etnisk, større mellem Korea og Japan.

Korea opstår

Kigger vi på det gamle Korea's historie støder vi på 2 skabelsesmyter.

I den første sendte himlens søn Hwanin i år 2333 f.k. sin søn, Hwanun, ned på jorden, for at bringe lykke og visdom til menneskene. En tiger og en bjørn bad Hwanung om at måtte blive til mennesker. Hwanung sendte dem ind i en hule, hvor de skulle være i 100 dage uden lys. Tigreren gav hurtigt op, men bjørnen holdt ud og blev efter 21 dage forvandlet til en kvinde. Hwanung giftede sig med hende og sammen fik de sønnen Tan-Gun, som snart underlagde sig

mange stammer og grundlagde kongedømmet Choson, som er et gammelt kinesisk navn og betyder morgenstilhedens land. Tan-Gun fejres hvert år på en national festdag d. 3. oktober, og i mange koreanske kalendere står to årstal 1994/4327 (2333 + 1994).

Denne myte, som også er den mest anerkendte, er meget præget af toteisme, og hænger sammen med det koreanske folks oprindelse i Nordasien.

Den anden myte handler om den kinesiske prins Kija fra Shang dynastiet, som i 1027 f.k. blev overvundet af det nye dynasti, Cyou. Kija drog med sine tilhængere til det område, vi i dag kender som Korea, hvor han grundlagde Choson.

De 3 riger

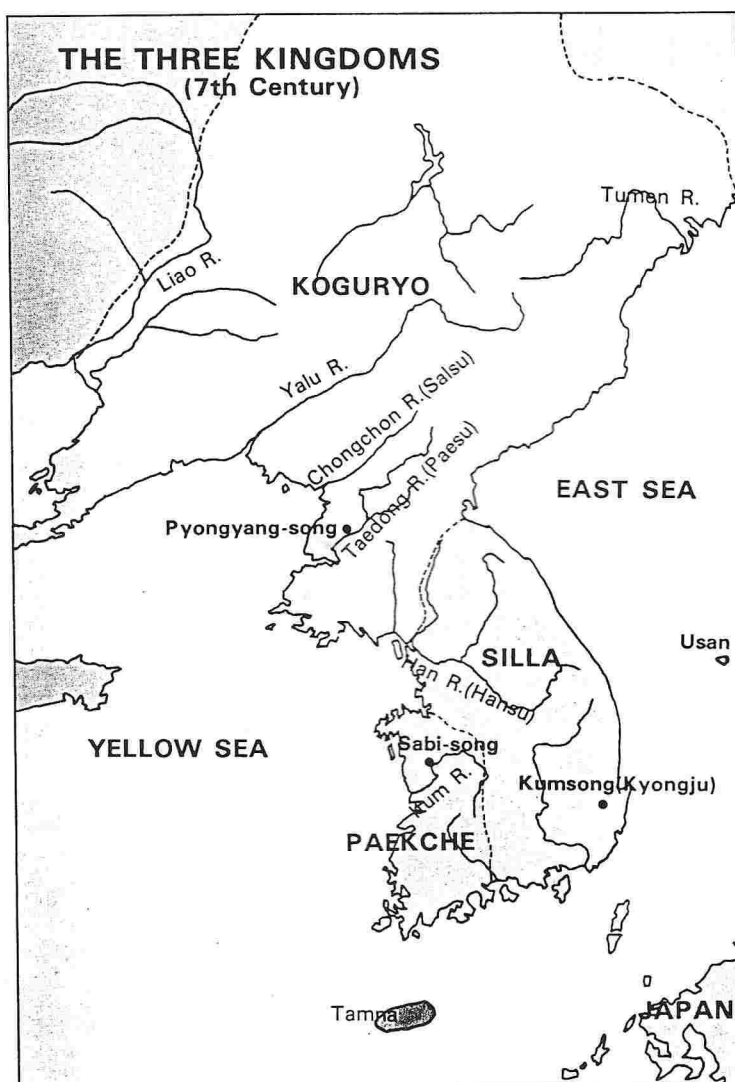
Den første historisk dokumenterede rigsdannelse i Korea forekom omkring år 300

f.k. Dette rige blev kaldt Choson og havde sit centrum i Pyongyang. Choson, som var under kinesisk overherredømme, kom til at bestå i ca. 600 år. Omkring år 300 e.k. blev det sidste af Choson, som i tidens løb var blevet indskrænket til en lille koloni, erobret af de omkringboende folk.

Omkring år 0 samtidig med det kinesiske tryk lettede, p.g.a indre stridigheder i Kina, dannedes 3 stater; Koguryo 37 f.k. - 668 e.k., Silla 57 f.k. - 668 e.k., Paekche 18 f.k. - 660 e.k.

Mellem Silla og Paekche lå Kaya, en lille japansk handelsklave, der dog aldrig fik nogen stor betydning, og som blev erobret af Silla i år 562.

Indtil omkring år 500 levede de tre riger i relativ fred, og området, vi i dag kalder Korea, havde en enorm kulturel opblomstring.



Det følgende interview er lavet af Edwin Beek fra Holland, som de fleste kender som en fast deltager på de danske lejre.

I Taekwondo sammenhæng er der et navn som vi hører mere og mere, nemlig Dang Dinh Ky Tu. Tu er 5. dan og regerende europamester i poomse. Det er først for nylig at hans navn er blevet kendt udenfor Danmarks grænser. Europamesterskabet, undervisningen på danske lejre, hvor flere og flere udlændinge deltager, deltagelse i stævner og budo shows o.l. har været med til at gøre den lille dansk-vietnameser kendt ud over de danske grænser.

Edwin: Alle kalder dig Do, selvom dit navn staves Tu ?

Tu: Det er ikke så kompliceret. For det første er det normalt i Vietnam, som i de fleste asiatiske lande, at man har fornavnet til sidst. Mit familienavn er Ky og mit fornavn er Tu. Dang Dinh er mit mellemnavn. Så når du siger mit navn, Tu, på vietnamsk, udtales T meget blødt, nærmest som et D, deraf Do.

Edwin: Hvad er din Taekwondo historie, og kunne du fortælle lidt om det at komme til Danmark ?

Tu: I Vietnam er Taekwondo lige så populært som fodbold er i Europa. Normalt starter alle børn på Taekwondo eller en anden kampkunst. For min bror Thuy og jeg var der en speciel grund til at begynde på Taekwondo. Børnene fra det tilstødende område kom hele tiden og generede os, og vores far sendte os derfor til Taekwondo. Jeg var 6 år gammel og min bror var 8 år. Vi kom til at holde af det, ja, vi blev faktisk fanatiske. Det gik så godt, at vi kunne springe en kupgrad over ved hver graduering. Thuy og jeg er altid gået op til graduering sammen, og han er også 5. dan i dag. Vi holdt så meget af træningen at vi hver morgen gik 4 kilometer for at komme til træning kl. 6. Vi var børn, og på det tidlige tidspunkt var det stadig mørkt, og vi skulle forbi 3 kirkegårde på vejen, så for os var det både skræmmende og sjovt. På samme tidspunkt var kræmmerne på vej til markedet. De havde disse sjove runde hatte på og lange stænger, hvorpå deres varer hang i kurve. Disse kurve lavede nogle sjove knirkende lyde, og hvergang vi kom forbi en kirkegård og hørte disse lyde, prøvede vi at skræmme hinanden „Uhh, spøgelses“ Det var sjovt.

Vi trænede hver dag fra kl. 6 til 8, og derefter gik vi i skole. I 1974 blev vi sort bælte. I april 1975 var vietnamkrigen slut, og vi tog til Hong Kong som politiske flygtninge. Vi

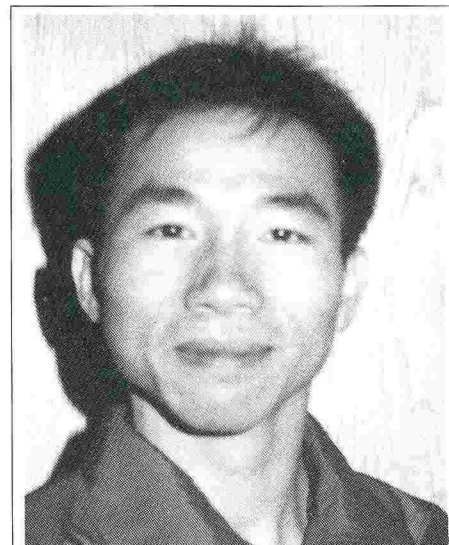
var bådflygtninge, og som sådanne en del af historien. Vi kom ombord på en 900 tons båd og der var 3600 mennesker ombord. Båden var fuldstændig proppet, og vi blev reddet af et stort handelsskib. Min mor og min bror var allerede i Frankrig, hvor min mor arbejdede i den vietnamske ambassade. Min far, søster og jeg boede 4 mdr. i Hong Kong, hvorefter vi fik asyl i Danmark. Min mor og bror kom ca. et år efter. På det tidspunkt var der allerede taekwondo i Danmark, men det blev kaldt koreansk karate.

Vi var blandt de første vietnamske flygtninge i Danmark, og der var derfor stor mediebevågenhed omkring os. Vi var med i et tv program hvor vi skulle vise hvad vi lavede i Vietnam. Thuy og jeg lavede en Taekwondo opvisning. Kort tid efter blev vi kontaktet af Ballerup taekwondo klub, og der kom vi 2-3 gange om ugen. Vi blev hentet og bragt hvergang. Vi var jo kun 12 og 14 år, og vi trænede de voksne !

Edwin: Kan du fortælle lidt om poomse ?

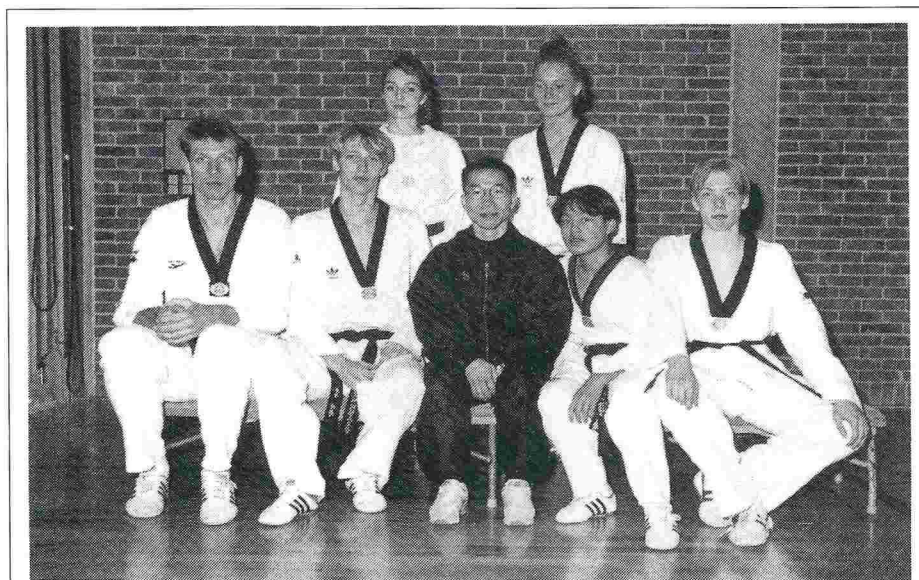
Tu: I Vietnam trænede vi Hyungs. Det gjorde de også da vi kom til Danmark. Senere skiftede man til Palgwe, dog kun en kort periode. Derefter trænede man Poomse Taeguek, som man gør det i dag. Der er 17 Poomse. De første 8 kaldes Teagueks, og de har ingen navne, men er nummererede fra llyang, lyyang, Samyang o.s.v. Den første poomse hedder Korey og er faktisk den 9. form. Derefter følger Keum gang, Tae Baek o.s.v.

Edwin: Vil du fortælle lidt om dine dan-gradueringer og stævner ?



Dang Dinh Ky Tu

Tu: Vi har altid trænet under Shin Boo Young (tidligere tysk landstræner. Red.) Sammen med Choi Kyoung An var han vores vigtigste træner. Ved de danske mesterskaber i 1977 var Thuy og jeg oppe til 2. dan graduering under Shin og Choi. Til og med 4. dan blev vi graduert af Shin, og vore 5. dan graduering foregik under Choi og Ko. Vi lavede mange opvisninger dengang, og i 1977 deltog vi i det 3. verdensmesterskab i Taekwondo, som blev holdt i Chicago. Løvrigt det første V.M. udenfor Korea. Vi har begge deltaget i mange nationale og internationale mesterskaber, således blev jeg i 1984 både dansk og åben hollandsk mester. Mine modstandere var altid højere end mig !!
Fra 1981 til 83 holdt jeg pause fra stævner,



Tu med nogle af sine elever ved vinterlejrens dangraduering

da jeg som et led i min uddannelse som styrmand sejlede.

Siden 1988 har jeg arbejdet i land og begyndte igen på at deltage i stævner, denne gang i poomse.

Edwin: Du har undervist i Ballerup og Tåstrup, og har nu din egen klub i Rødovre ?

Tu: Allerede i 1976 havde jeg startet min egen klub op i Tåstrup, men trænede også i Ballerup, da den stadig var en af de ledende klubber i Danmark. Min klub hedder Hwarang, og der er 8 klubber i det københavnske område med det navn, og det er mine elever som træner her.

Edwin: Hwarang har stor succes. Hvor mange elever har du på landsholdet. Er Josef og Gergely også dine elever ?

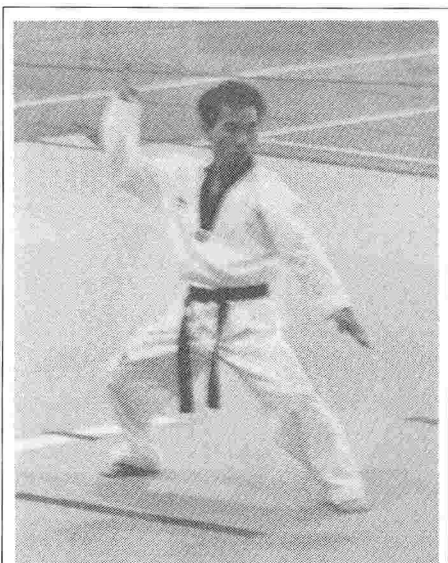
Tu: 12 af mine elever fra Rødovre er på de danske landshold. Josef og Gergely er ikke mine elever. Josef overtog klubben fra en af mine elever, og den kører i dag udenfor Hwarang.

Edwin: Noget man lægger mærke til ved dig er din utrolige fleksibilitet og dine meget muskuløse ben. Har du trænet specielt for at opnå dette, og hvis du sammenligner dig med dine trænere fra Vietnam, synes du så du er bedre end dem i dag ?

Tu: Nej, jeg tror ikke, at jeg er bedre end mine trænere. Mine trænere har altid været idoler for mig, og har kunnet noget jeg ikke kunne. Jeg nærer stor beundring for mine trænere og vil fortsat gerne have dem som idoler, hvorfor jeg aldrig vil sammenligne mig med dem.

Jeg har aldrig kun haft en træner. Jeg trænede med dem jeg kunne komme til at træne med, og træner stadig en del under Shin.

Fra alle de trænere jeg har haft, har jeg for-



Tu ved E.M. i Poomse.

søgt at tilegne mig det som passede til mig. På en måde er det også måden jeg underviser på. Hvad er det for en gruppe elever som står foran mig, hvad kan de, hvad er de interesseret i. Ud fra dette tilpasser jeg min undervisning. Jeg dyrker også meget anden sport, hvorfra jeg også får mange teknikker og træningsmetoder. Med hensyn til smidighed og koordination har jeg lært meget af gymnastik. I trampolinen træner jeg spring og styrke, og badminton og tennis er godt til steptræning. Derudover svømmer og cykler jeg meget. Om sommeren cykler jeg til og fra arbejde. Det er 50 km. hver dag.

Med hensyn til smidigheden, kommer det an på den enkelte person. Vi har alle vores begrænsninger som f.eks. skeletopbygningen, muskler og køn. Smidighed er vigtigt. Det gør det lettere at kontrollere ens teknikker, og man skal altid prøve at komme længere, men der er en grænse for alt, og det er vigtigt at kende ens egne grænser, og jeg tror at jeg har nået mine. Derudover er det vigtigt at man ikke mister det store overblik ved kun at fokusere på en ting. Du er nødt til at holde alle aspekterne i balance.

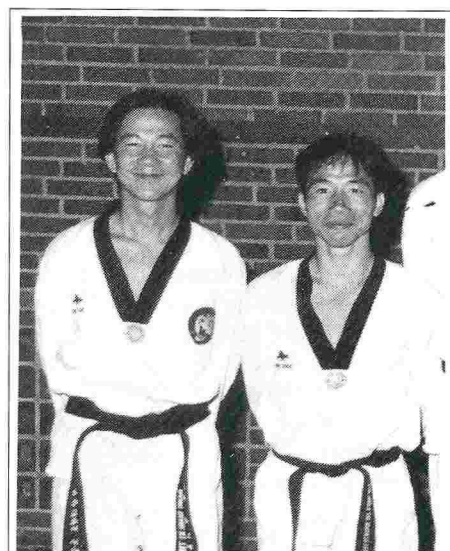
Taekwondo er ikke kun kamp, ikke kun tradition, ikke kun smidighed, ja, ikke engang kun træning. Det er meget mere. Taekwondo holder en masse ting sammen. Det er en model på livet. Når du tænker på din Taekwondo fortid, bør du se den som en rød tråd hvortil du kan assocere alle ting. Ligesom vi nu ligger her på en strand i Spanien eller deltager på en lejr i Danmark, de folk vi møder, de venner vi får. Taekwondo er den røde tråd som binder alle disse ting sammen. Sådan er det med alt hvad du gør. Arbejde, sport. Det er alt sammen røde tråde som binder oplevelserne sammen. Til slut er livet selv den vigtigste røde tråd.

Edwin: Taekwondo er mere end blot træning. I Danmark er jeg blevet introduceret for massage, og her i Spanien har vi haft Ki træning. Hvordan er du involveret i dette ?

Tu: Ki er noget alle har, og det har altid været der. Når du snakker om at være bevidst om det ved jeg ikke andet end at det altid har været en del af mit liv. Lige siden Vietnam har Ki været en del af livet. Men det er også typisk for de asiatiske lande. Du hører om det, det er en del af den asiatiske kultur, ligesom massage. I Danmark bragte jeg massage ind i træningen. Træningen er ikke bare bevægelse og arbejde. Det er ikke kun at yde, det er også at modtage. Derfor er der massage i træningen. Netop for at opnå balance.

Edwin: Tak for interviewet. Til sidst, og det har intet med Taekwondo at gøre, hvilke film og hvilken musik kan du lide.

Tu: Jeg kan lide al musik som lyder godt, lige fra klassisk til heavy metal, som jeg i øvrigt bruger til opvisninger. Jeg bruger en



Thuy og Tu ved deres 5. dan graduering

gang imellem musik i træningen. Men generelt er træning en seriøs ting for mig og vi har dobog på og ingen musik.

En film som jeg holder meget af er Oliver Stones „Himmel og Jord“, som er en vietnamesers synspunkt. Det vigtigste ved den film er at den handler om mod. En lille pige som vokser op til at blive en stærk kvinde. Jeg holder meget af film hvor folk med karakter bliver portrætteret. Selvfølgelig kan jeg også lide actionfilm, såsom Jackie Chan og Schwarznegger, som også er meget humoristiske.

Edwin: Træner du andre kampsporter og hvad er dine grader her ?

Tu: Udover Taekwondo træner jeg også karate, judo, Aikido og capoeira. Jeg er ikke gradueret i nogen af disse systemer, da jeg mener at man kun kan lægge sit hjerte i en kampkunst. Når jeg hører om en person som er 10. dan i dit og 9. dan i dat, kan jeg ikke tro på at han har sit hjerte nogen af stederne. Jeg kunne måske godt få grader i andre kampkunster, men så ville jeg være nødt til at give dem 100% opmærksomhed. Er du sortbælte indenfor en kampkunst skal du kunne give den 100%.

Med mit sorte bælte fremmer jeg Taekwondo, og mit hjerte ligger hos Taekwondo. Med 1. dan starter modningen indenfor kampkunst. 10. til 1. kup er som en graviditet. 1. dan er fødslen, og derefter kommer processen med at tilegne sig viden og vokse.



Sort bælte

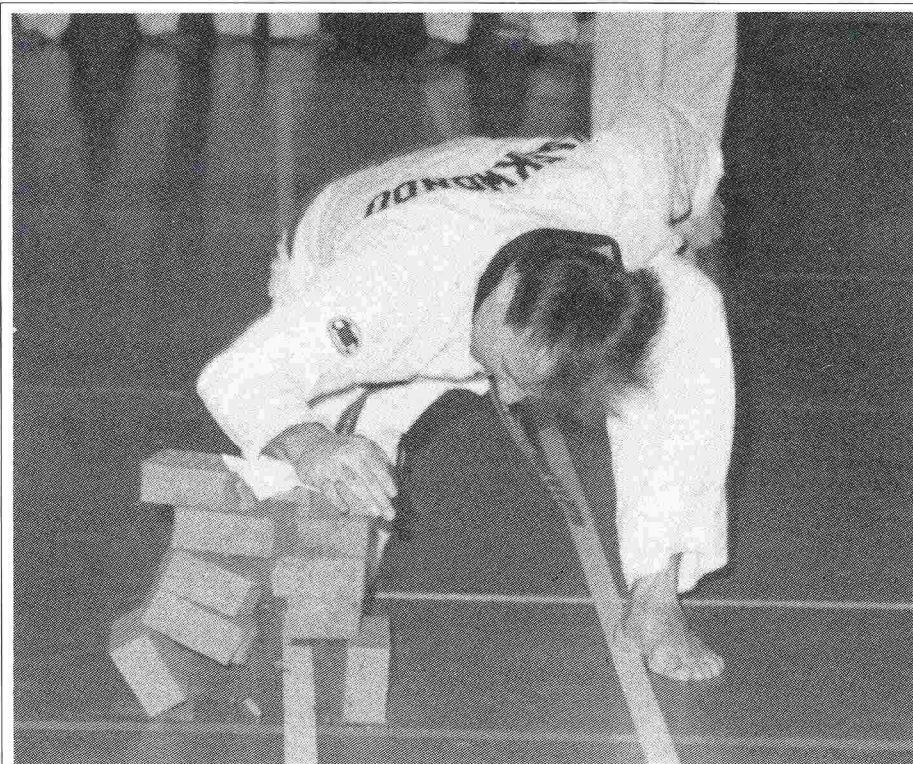
En proces eller et resultat

Så længe folk har opstillet krav til hinanden, har disse krav været diskuteret. Var kravene nu for hårde, eller var de så slappe, at gud og hver mand kunne opfylde dem. Fik man fremelsket den type folk som man havde brug for, eller gik man netop på grund af de selvsamme krav glip af netop de folk som ville være et stort aktiv for ens virksomhed, eller hvad det nu måtte være.

Det gradueringsystem som vi kender i Taekwondo i dag er ikke engang 100 år gammelt, og blev skabt ud fra ønsket om at indpasse flere og flere folk som ønskede at dyrke kampsport, i nogle veldefinerede rammer. Oprindeligt fandtes der groft sagt kun 2 gradueringer. Enten var man lærer, det man i dag kalder mester eller master, eller også var man elev. Jeg læste for nogen tid siden en historie i et blad som meget godt illustrerer ovenstående. En gammel agtværdig mester var i 1960'erne kommet til U.S.A. med to af sine elever. Disse elever overraskede alle med deres kunnen, og de forundrede amerikanere spurgte mesteren, hvorledes disse kunne være så gode, da de jo kun havde brunt bælte. Hertil svarede mesteren, at bæltet blot blev brugt til at holde sammen på deres dragt, men hvis de skulle have en grad som dem der blev brugt mente han at de måtte være 5 eller 6 dan-ner.

Alligevel må man også sige at ideen om graduering er gammel. Graduering betyder jo netop en indpasning af folk efter bestemte kriterier. At der ligger nogle bestemte filosofiske tanker og regler bag kampkunst er ikke et specielt udtryk for kampkunstens indre, men et udtryk for den kultur som kampkunsten er opblomstret i. Denne kultur er en blanding af taoisme, kuno-fucianisme, buddisme og andre østlige tanke-gange, og for med det samme at komme det religiøse aspekt til livs er det vigtigt at understrege at ingen af grundlæggerne af ovenstående retninger var ude på at lave en religion. I følge de skrifter man har, gjorde Buddha sine tilhængere opmærksomme på, at de efter hans død ikke måtte dyrke ham som en gud, men det vigtigste var at de gjorde selvstændige tanker.

Disse tankegange, og især kuno-fucianismen, delte samfundet op i forskellige grupper, fordi det samfund uden styring ville bryde sammen. Der skulle være nogen som styrede og nogen som blev styret. Trods mange påvirkninger ligger disse tanker og traditioner stadig dybt i asiatiske folk. Således bukker japanske forretningsfolk for hinanden når de mødes, hvorefter de udveksler visitkort. Ef-



Gennembrydningen, en del af en dangraduering

ter at have kigget på kortet har de rangeret sig i forhold til hinanden, hvorefter de igen bukker, dog med den forskel at den lavest rangerende bukker dybest. Således har gradueringsystemet i Taekwondo ikke kun rødder i kampkunsten, men i hele den asiatiske kultur.

Det er netop mødet mellem den asiatiske og vestlige kultur, der om ikke giver problemer, så i hvert fald er med til at skabe en hed debat om dangradueringerne, og det at være danbærer i Danmark.

Jeg mener at det i dag i Danmark er sådan at man blot i kraft af at have gået til (skal ikke læses som trænet) taekwondo i ca. 4 år har kvalificeret sig til sort bælte, og som underbyggelse af denne teori hører jeg folk sig at taekwondo er for alle. Det kan jeg kun være enig i. Selvfølgelig er taekwondo for alle, og vores forbund skal kunne rumme alle, men det er ikke ensbetydende med at alle kan blive danbærere. Hvis jeg ikke kan spille fodbold kommer jeg ikke på 1. holdet men må spille på 3. holdet. Jeg skal ikke nøjes med at være på 3. holdet. Men her er jeg sammen med ligeværdige tekniske partnere, og det vil give mig mere glæde og tilfredsstillelse ved sporten end hvis jeg ved hver træning skulle måle mig med personer der var mig langt overlegne. Dette udelukker jo på ingen måde at man stadig kan aspirere til at rykke en klasse op. Det at man er rødbælte i 10 år eller mere eller måske

aldrig bliver mere end rød bælte gør jo ikke en til et dårligt menneske - tværtimod. Måske har man netop indset, hvad sort bælte betyder, og forstået sine egne svagheder. En af gevinsterne ved at forstå og acceptere sine svage sider er tit at man også finder og kan bruge sine stærke sider. Disse personer er der ikke mange af, netop fordi de gennem accept af deres svagheder er blevet så stærke at de har kunnet kæmpe sig frem til dangraden.

At få en dangrad er jo ikke kun et udtryk for teknisk kunnen, men også at man har forståelse for de teknikker og tanker som ligger til grund for taekwondo, og hvad der er lige så vigtigt, at man accepterer dem, ellers ville det jo ikke være taekwondo man dyrkede. Det vil sige, at man behøver ikke være et teknisk vidunder for at kunne opnå en dangrad, men man skal være i besiddelse af en høj teknisk kunnen. Jeg har hørt 3 dan-ner på den anden side af de 30 år sige, at man ikke kan stille så store krav til dem da de jo ikke kan det samme som en på 20 år. Til det kan jeg kun sige „pladder“. Grunden til at disse 3 danner ikke kan det samme er kort og godt den at de ikke træner ret meget.

Dette er også i orden, men i det øjeblik man stopper med at træne selv og helliger sig trænergerningen, ja så stopper man også med at gå til graduering.

Et andet aspekt af gradueringen er sammenblandingen af dan og poom gradueringer. Poom gradueringen er for børn under 15 år, og skal derfor tilrettelægges og køres som en sådan. Det er dybt frustrerende at stå sammen med en person på 13 år til en dan-graduering, ligesom det er uretfærdigt overfor poom aspiranten at skulle blive bedømt sammen med personer, hvis kunnen man på ingen måder kan hamle op med. Et barn på under 15 år er hverken psykisk eller fysisk i stand til at opfylde de krav der stilles (burde stilles) til en danbærer. Her er det meget passende at komme ind på selvforsvar og gennembrydninger. Et af kravene til en danbærer er at man selvfølgelig kan bruge de teknikker man lærer, og en af måderne at teste dette på er med gennembrydninger, hvor man viser at man uden at skade sig selv kan lave en kraftfuld og effektiv teknik. Selvfølgelig skal vi ikke hamre vores hænder ned i asfalten til de er store stenhårde brusklumper, men det at slå og sparke hører nu en gang med til en kampsport. I dag er det frivilligt om man vil lave gennembrydninger på sten, og man dumper heller ikke hvis ens gennembrydninger på brædder ikke lykkes.

Det næste bliver vel at man får en dan-graduering får et skema udleveret hvor man



Et foreløbigt højdepunkt, og en ny begyndelse, overrækkelsen af dangraden

ved afkrydsning kan fravælge de teknikker man ikke ønsker at komme op i.

Det at blive danbærer i dag er for hovedpartens vedkommende et resultat af, at man har trænet i et bestemt antal år. I stedet burde det være en proces, hvor dangraden er uvæsentlig, og det man fokuserer på er

en stadig forbedring af ens kunnen. En dag vil dangraden så komme som en naturlig del af en fortsat proces, og ikke være et mål i sig selv. Taekwondo er jo i sin natur en proces der kan strække sig gennem hele livet, ganske som andre ting man man har valgt, skal være en del af ens liv.

Carsten Stigers 4.dan

20 år og still going strong

Sidste år havde Ballerup TKD klub Hwarang 20 års jubilæum, og er dermed en af de ældste klubber i Danmark.

På billedet ses klubbens formand og træner gennem de 20 år John Villy Scheerer, som viser at både han og klubben stadig er i fin form.

Penneven

Hej alle idrætsudøvere

Jeg er en grønlandsk kvinde på 25 år. Jeg hedder Naja Petersen og bor Qassuserfik 4-4.3905, Nuusuaq, Grønland.

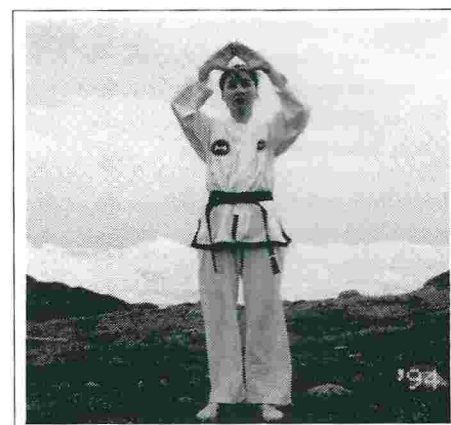
Jeg er medlem af Nuuk Taekwondo Klub og har det sorte bælte.

Jeg vil gerne skrive sammen med idrætsudøvere fra 20 år til 40 år.

Jeg har boet i Jakobshavn i 25 år, men er flyttet til hovedstaden Nuuk på grund af uddannelse. Jeg vil gerne have, at I skriver til mig på den nye adresse.

Helst med foto. - Jeg venter spændt.

Kærligst Naja Petersen



NYHED

fra
VIDEOARKIVET
Åbne tyske
figurmesterskaber
+ landskamp
Danmark-Frankrig
samlet på 1 bånd.

Intropris:
indtil 1.5. '95
kun **150,-** kr.

Det historiske hjørne



Josef Salim og Ole Knudsen Nielsen ved D.M. i 1988

"Taekwondo for sjov"

Angående

„Taekwondo for sjov“ - mappen

Jeg er, i samarbejde med Børne- og Ungdomsudvalget, igang med at lave en „Taekwondo for sjov“ - mappe. Mappen skal indeholde anderledes, nye og spændende måder at træne på. Dvs. andre måder at træne poomse, grundteknikker, onesteps, threesteps osv. Desuden vil den indeholde forskellige lege og øvelser, som man kan bruge i sin træning.

Men for at mappen kan blive en realitet, er det nødvendigt med en masse gode idéer. Og dem har instruktørerne og eleverne i forbundet nok af. Det kan man jo bl.a. se på forskellige lejre og til fællestæninger.

Jeg håber derfor på, at der er nogle, som vil grifle nogle gode idéer ned og sende dem til undertegnede. I løbet af nogle måneder vil vi måske have nok idéer til at udgive mappen. Til dem der sender forslag ind er der en belønning. Belønningen består i en kopi af det materiale vi har lavet indtil videre (Mindst 75 sider!!!). Helt gratis!!

Det kan være mange forskellige idéer man indsender. Her er et par eksempler på nogle forskellige øvelser vi regner med at tage med:

Papir-saks-sten:

Her er man to og to sammen. Man står overfor hinanden og laver „papir-saks-sten“. Den der vinder får lov til at sparke, den anden må blokere. Det gælder altså om hurtigt at finde ud af om man har vundet eller tabt.

Kraft-blokering:

En virkelig fin måde at træne blokeringer på er ved at lave blokeringer på pads (skinker). Derved får eleven en forståelse for hvad blokeringen skal bruges til. Desuden bliver det lettere at se om der er forskel på kraften med højre og venstre hånd.

Teknik-forskning:

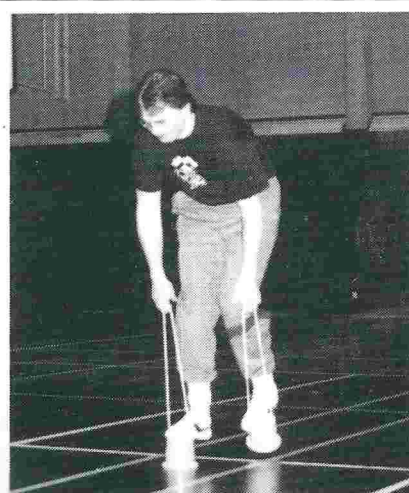
Lad deltagerne gå sammen i par. De får hver en teknik de skal bruge. Efter 5 minutter skal de fremlægge for de andre alt omkring teknikken: Hvordan den bruges (vises), fordele og ulemper ved teknikken, hvad elever ofte laver galt ved teknikken osv.

Hanbon-kireugi med poomse-teknikker:

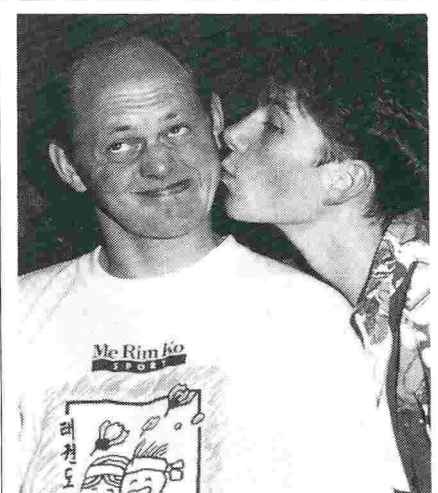
Prøv at lade nogle højtgraduerede køre hanbon-kireugi, hvor de kun må bruge kombinationer fra en poomse. Eventuelt kan angriberen sige hvilken poomse teknikker stammer fra.

Som man kan se, er der ikke noget nyt i idéerne. Mappen er blot tænkt som en „bank“ med en masse forskellige idéer, som man så kan bruge engang imellem til træningerne. Husk at lege og øvelser man kan bruge i dojangen også er velkomne. Jeg håber på at det vil vælte ind med idéer de kommende måneder. På forhånd tak.

Karsten Sørensen, Kriegersvej 21, 2.tv.
8000 Århus C • tlf. 86-13 88 15



Taekwondo træning
kan godt være andet end spark.



Det er sjovt at se N.P. rødme.

Glæd dig til PÅSKELEJREN '95

i Skjern
13. - 16. april

Instruktører:

Ko, Tai - Jeong, 7 dan, Danmark • Lim, Sin - Ja, 6 dan, Korea
Henrik Bak Knudsen, 4 dan, København • Carsten Stigers, 4 dan, Århus
Thomas Filyo, 4 dan, Odder

Ekstra aktiviteter:

Bowling, meditationsforedrag, diskotek, volleyball og meget mere.

Pris: Voksne lejr 300,- bispisning 250,-
Børn lejr 250,- bispisning 200,-

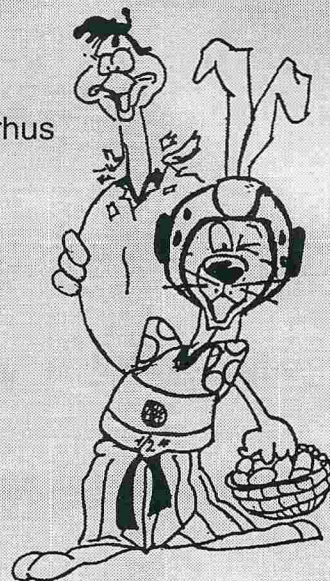
Yderligere information:

NP Nielsen
Nørregade 41 • 6900 Skjern
Tlf. 97 35 27 19

Me Rim Ko

S P O R T

Østergårds Allé 3 • 2500 Valby
Tlf. 36 30 88 10



Taekwondo på skolebænken

Taekwondo på skoleskemaet ?????? - Ja det lyder måske som ønsketænkning, men ikke desto mindre er det sandt.

Som et lille forsøg, prøvede Haderslev Taekwondo Klub, at besøge nogle skoler i byen og præsenterede sporten for eleverne. Dette lille forsøg har nu kørt i ca. 1½ år og har udviklet sig til, at taekwondo bliver sat på skoleskemaet på Haderslev Realskole for skoleåret's første halvår '95.

Vi syntes, at det kunne være sjovt at vise både elever, men så sandelig også lærerne, hvordan en almindelig træningstime, kan forandres til en levende og spændende idrætstime - istedet for „kedelig“ redskabs-gymnastik - stikbold og andre normale skoletimer.

En ting, som vi i hvert fald har fundet ud af, er, at lærerne generelt har problemer med at få eleverne til at stå på pæne lige rækker. I taekwondo trænes meget på disse rækker og er en naturlig ting for os - så eleverne får at vide, hvordan de skal stå og besked på, at de skal huske deres pladser. Så begynder legen og børnene pisker rundt i mellem hinanden i en stor forvirring, højt



„Et nyt spændende fag er kommet på skoleskemaet i Haderslev“

råbes **fire rækker** - og svubski - i løbet af få sekunder står ungerne på fire pæne rækker.

Første gang vi var ude på en skole, var både næse og runde ved at falde af lærerne - de fik store øjne og udbrød spontant „det skal vi også prøve“.

Bølgen har bredt sig, så nu bliver taekwondo sat på skoleskemaet i første halvår af 1995

og til og med, er gymnastiktimerne blevet slået sammen, så der kan trænes i to lektioner af gangen og endvidere har eleverne samt lærerne ydret ønske om, at blive trænet fra kl. 15.00 - 17.00 ... for vi skulle jo lige have tid til at komme hjem fra arbejde.

Med venlig hilsen
Haderslev Taekwondo Klub
v/ formand Mogens Frølich

MADE IN THE U.S.A.

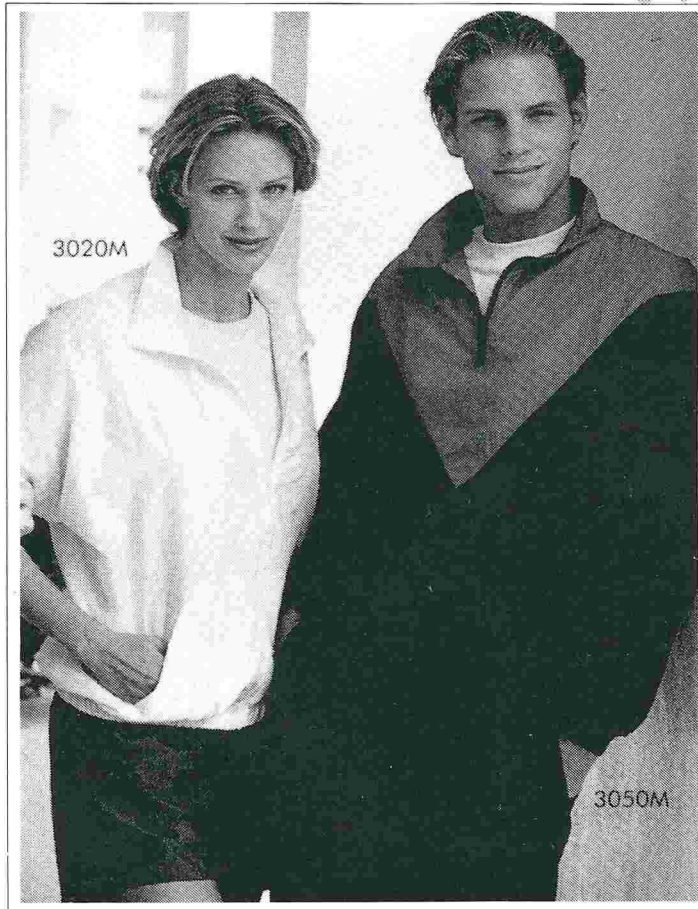
Jakke m. foer

Fra
199,-



Træningsdragt

Fra
379,-



Sweat-shirt

Fra
89,-



AUBURN USA

AUGUSTA USA

JERZEES USA

stk.	Jakke m. foer	Træningsdragt	Sw.shirt	T-shirt
10-20	249,-	419,-	109,-	59,-
20-30	239,-	399,-	101,-	55,-
30-50	229,-	389,-	99,-	49,-
50-70	219,-	385,-	91,-	45,-
70-99	199,-	379,-	89,-	39,-
100 -	indhent pris	indhent pris	indhent pris	indhent pris

Farver & produktoplysninger m.m.

JAKKE:	m. foer, hvid, sort, mørkegrøn, navy, rød, royal, sølv.
TRÆNINGSDRAGT:	overdelen, alle m. v. udskæring sort front i kombinat., lilla, rød, blå
BUKS:	hvid, sort, jade grøn, lilla, rød og royal
SWEAT-SHIRT+T-SHIRT:	alle farver.

Størrelser fra s-xxl (+10% ved xxl.) Alle priser er incl. et gratis tryk i en farve, excl. moms, levering, samt kliche & reproomkostninger. Betalingsbetingelser netto kontant ved levering. Der ydes 5% rabat ved forudbetaling. Leveringstid fra 10-30 dage, afhængig af opgaven.

HOBİ TEKSTİL

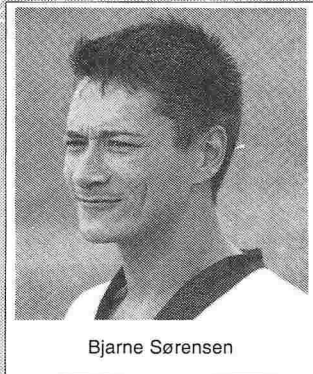
STRANDVEJEN 18 • 2100 KBH. Ø
TLF. 39 299 399 • FAX 39 299 391

GRATIS TRYK I EN FARVE
MADE IN THE U.S.A.
GIV DIN KLUB ET NYT IMAGE
SÅ DET SES!

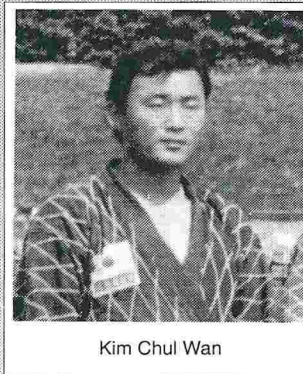
MAJLEJR I HOLSTEBRO

Tid: 12., 13. og 14. maj 1995
Sted: Sønderlandsskolen i Holstebro
Instruktører: Kim Chul Wan, verdensmester i Taekwondo 1977
 Choi Kyoung An, 8. dan, Bjarne Sørensen, 4. dan
Pris: Lejr kr. 200,-, børn under 12 år kr. 150,-
Mad: kr. 175,-

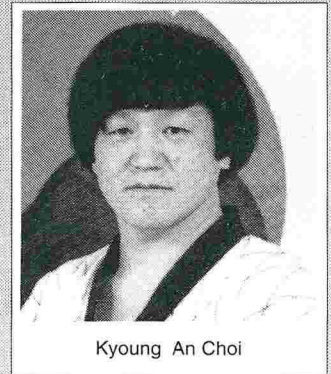
Yderligere oplysninger: Kim Thomsen, tlf. 97 40 26 87
 En lejr, hvor du kommer til at træne både traditionel Taekwondo og kamp.



Bjarne Sørensen



Kim Chul Wan



Kyoung An Choi

Dangraduering, 27/12-94 i Skanderborg

Hold nr. 09 Klubnavn

STRUER TKD KLUB
 STRUER TKD KLUB
 FREDERICIA TKD KLUB

Navn

Jesper B. Nielsen
 Søren B. Nielsen
 Vagn Andersen

Grad

4. DAN
 4. DAN
 5. DAN

Hold nr. 08 Klubnavn

KOLDING TKD KLUB
 RIBE TKD KLUB
 HERLEV TKD KLUB
 HERLEV TKD KLUB
 LYNGBY TKD KLUB
 SKANDERBORG TKD KLUB
 RØDOVRE TKD KLUB
 RØDOVRE TKD KLUB

Navn

Kim Bruno Sørensen
 Niels Peter Larsen
 Jørn Chr. Andersen
 Michael Nielsen
 Morten Voss
 Jørn Kempel Hansen
 Jesper Roesen
 Kaare Kaaber

Grad

3. DAN
 3. DAN
 3. DAN
 3. DAN
 3. DAN
 3. DAN
 3. DAN
 3. DAN

Hold nr. 06 Klubnavn

NØRREBRO TKD KLUB
 NØRREBRO TKD KLUB
 RIBE TKD KLUB
 HERLEV TKD KLUB
 HERLEV TKD KLUB
 SKANDERBORG TKD KLUB
 SKANDERBORG TKD KLUB

Navn

Claus Boe Christensen
 Tina Espenhain Müller
 Jens Møller (Glemte DTF-pas)
 Kim Drube
 Claus Nørgaard
 Claus Lykke Rasmussen
 Morten Krüger

Grad

2. DAN
 2. DAN
 2. DAN
 2. DAN
 2. DAN
 2. DAN
 2. DAN



Hold nr. 07**Klubnavn**

RØDOVRE TKD KLUB
 RØDOVRE TKD KLUB
 RØDOVRE TKD KLUB
 HORSSENS TKD KLUB
 RINGSTED TKD KLUB
 GLADSAXE TKD KLUB

Navn

Martin Landsmann
 Leo Medina
 Karina Qvistgård
 Carsten Jeremiasen
 Jan M. Pedersen
 Abror Haider

Grad

2. DAN
 2. DAN
 2. DAN
 2. DAN
 2. DAN
 2. DAN

Hold nr. 05**Klubnavn**

GLADSAXE TKD KLUB
 NÆRUM TKD KLUB
 ÅRHUS TKD KLUB
 ÅRHUS TKD KLUB
 NYKØBING MORS TKD KLUB
 HADERSLEV TKD KLUB CHON-JI
 RISSKOV TKD KLUB
 BOLBRO TKD KLUB

Navn

Mette Nejsum
 Kim Toft
 Klaus R. Rønne
 Henrik Christian Isaksen
 Thomas Bøgedal
 Mogens Frølich
 Simon Karsø
 Jeanette Christensen

Grad

2. DAN
 2. DAN
 2. DAN
 2. DAN
 2. DAN
 2. DAN
 2. DAN
 2. DAN

Hold nr. 01**Klubnavn**

NÆRUM TKD KLUB
 ÅRHUS TKD KLUB
 ÅRHUS TKD KLUB
 NYBORG TKD KLUB
 SKAGEN TKD KLUB
 KØGE TKD KLUB
 KØGE TKD KLUB
 KØGE TKD KLUB
 BRAMSNÆS TKD KLUB
 BRAMSNÆS TKD KLUB

Navn

Kasper W. Larsen
 Knud Erik Ernst
 Peter Wolf
 Andres Panos Gundersen
 Jan Jørgensen
 Lennart Theilgaard
 Jesper B. Larson
 Lars Rauff Wiebach
 Mads Christiansen
 Claus Christiansen

Grad

1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN

Hold nr. 02**Klubnavn**

BRAMSNÆS TKD KLUB
 BRAMSNÆS TKD KLUB
 BRAMSNÆS TKD KLUB
 HOU TKD KLUB
 RISSKOV TKD KLUB
 RISSKOV TKD KLUB
 ROSKILDE TKD KLUB
 GIVE TKD KLUB
 HOLBÆK TKD KLUB
 HOLBÆK TKD KLUB

Navn

Martin Lundgren
 Flemming Rolander
 Lasse Madsen
 Johni Olsen
 Nikolaj Nellø
 Jacob Jørgensen
 Mette B. Christensen
 Erik Vindbjerg
 Jesper Severinsen
 Lars Mogensen

Grad

1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN

Hold nr. 03**Klubnavn**

NØRREBRO TKD KLUB
 THISTED TKD KLUB
 FREDERICIA TKD KLUB
 FREDERICIA TKD KLUB
 FREDERICIA TKD KLUB
 HERLEV TKD KLUB
 SLAGELSE TKD KLUB
 SKANDERBORG TKD K.LUB
 RØDOVRE TKD KLUB

Navn

Michael Stig Nielsen
 Jesper Lefevre Andersen
 Birol Ugar
 Ünal Karagöz
 Ümüt Karagöz
 Tina Wajngertner
 Arzu Bilgin
 Heine Pedersen
 Julie Bang

Grad

1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN

Hold nr. 04**Klubnavn**

BELLINGE TKD KLUB
 ESBJERG TKD KLUB
 HORSSENS TKD KLUB
 ROSENGAARD TKD KLUB
 ROSENGAARD TKD KLUB
 ROSENGAARD TKD KLUB
 AALBORG TKD KLUB
 AALBORG TKD KLUB
 KØBENHAVN TKD KLUB
 AALBORG TKD KLUB

Navn

Michael M. Larsen
 Per Nicolai Thorsen
 André Helbl
 Hans Hansen
 Dennis Poulsen
 Kevin Steel
 Michael Struve Andersen
 Michael Justesen
 Ulrik Franzen
 Nikolai N. Sørensen

Grad

1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN
 1. DAN



KATALOG

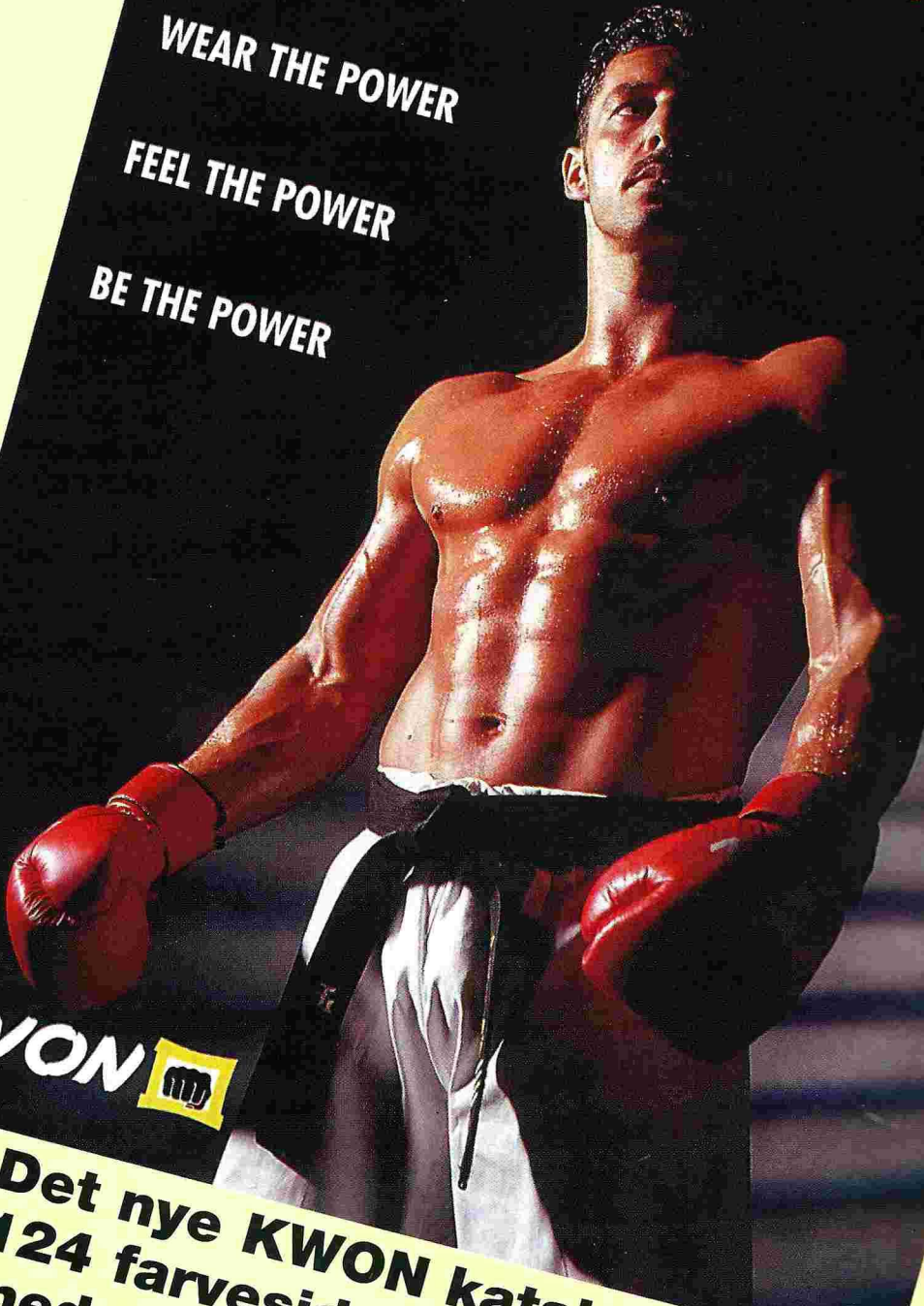
94/95

KWON. MARTIAL ARTS ACTION WEAR.

WEAR THE POWER

FEEL THE POWER

BE THE POWER



KWON 



THE REAL GOOD FEELING

**Det nye KWON katalog
124 farvesider fyldt
med
det bedste til kampsport**

Helt gratis

KATALOGBESTILLING

NAVN _____ tk

ADRESSE _____

POSTNR. OG BY _____

TLF. _____ SPORT _____

ALM. UDØVER _____ KLUBINDKØBER _____

Ring og bestil allerede i dag på 66 16 13 11 eller
send kupon til
KWON DANMARK - Rugvang 59 - 5210 Odense NV
Tlf. 66 16 13 11 - Fax 66 16 13 33