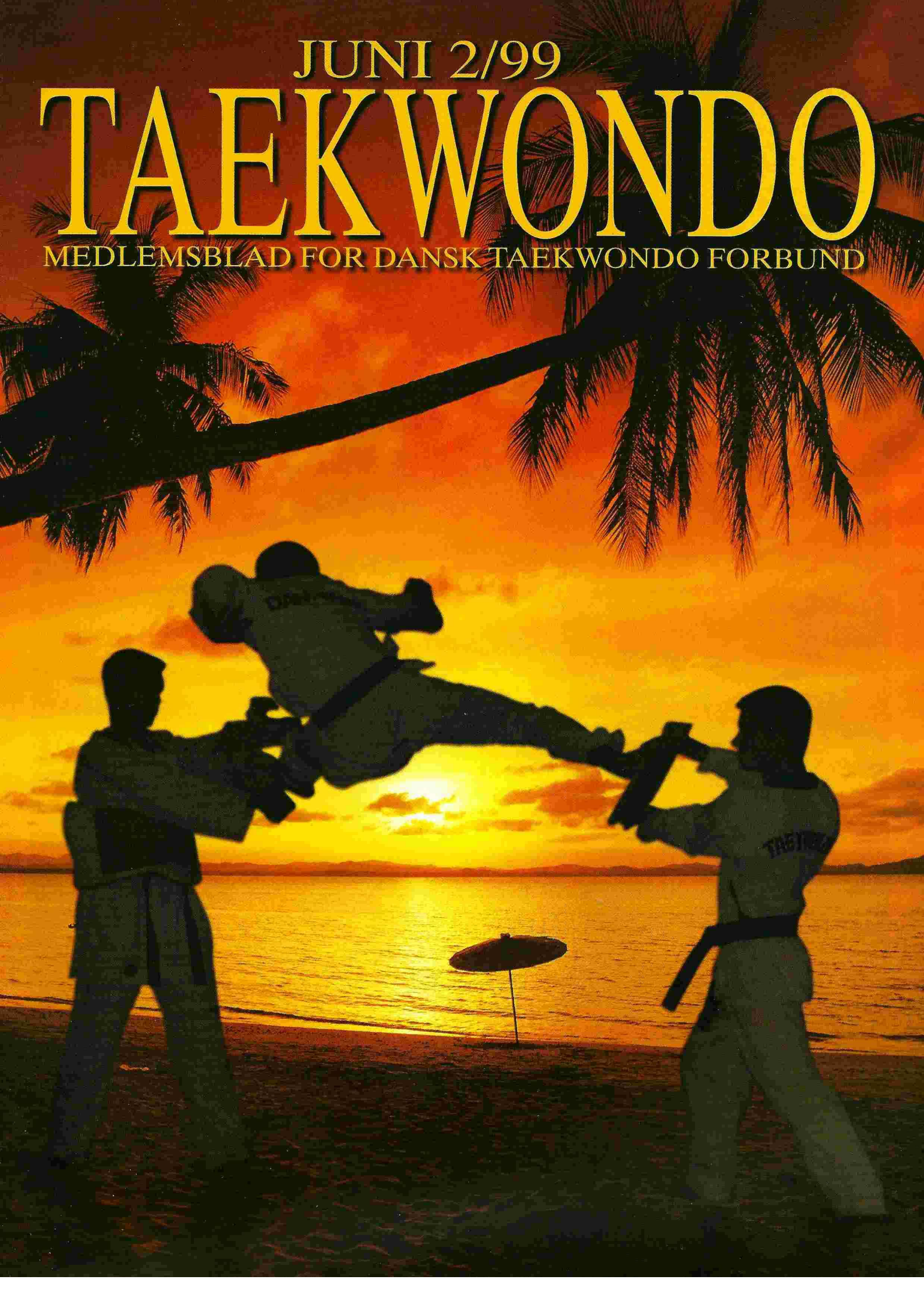


JUNI 2/99

TAEKWONDO

MEDLEMSBLAD FOR DANSK TAEKWONDO FORBUND



Medlemsblad for
Dansk Taekwondo Forbund

Medlem af:
Danmarks Idræts Forbund
Europæisk Taekwondo Union
World Taekwondo Federation

Redaktør:
Gitte Gregersen
Nordvang 3, 6000 Kolding
Tlf. 75 52 12 55 + fax 75 54 17 18

Lokalredaktør - Nord:
Carsten Stigers
Brendstrupvej 5, 8200 Århus N.
Tlf./fax 86 10 11 79

Lokalredaktør - Sjælland:
Jan Bechmann,
Dalstrøget 7, 4340 Tølløse
Tlf. 59 18 51 40 el. 20 73 51 40

D.T.F.'s sekretariat:
Haulundvej 9
Postboks 9,
6870 Ølgod
Tlf. 75 24 62 50
Fax 75 24 62 51

Tirsdag 08.00-18.00
Tordag 08.00-18.00

Redaktionen påtager sig intet ansvar for manuskripter, fotos og tegninger der indsendes uopfordret. Meninger udtrykt i artikler o.l. er forfatterens egne og kan ikke tages til indtægt for forbundets eller bladets holdninger og synspunkter. Indlæg til bladet bedes indsendt på diskette eller maskinskrives. Indlæg skal underskrives med navn og tlf.nr.. Ved fotos bedes fotografens navn oplyst.

Deadlines til nr. 3/99:
1. august 1999

Ret til ændringer forbeholdes

Layout Repro og Tryk:
Sloth & Wolthers APS, Postbox 69
Christiansgade 30, 8000 Århus C

Oplag:
5.000 eksemplarer

Forside:
Gennemrydning v. Henrik Frost i.f.m.
DGI-Budogalla i København.

Dansk Taekwondo Forbund har netop afholdt sit årlige repræsentantskabsmøde og med den mindste klubddeltagelse jeg nogensinde har oplevet. Der var ialt 56 stemmeberettigede - UTROLIGT SKUFFENDE.

Når jeg tænker på den voksende utilfredshed der er i vores forbund, kan jeg godt blive lidt frustreret, for man opnår ikke noget ved kun at brokke sig i klubben, til lejre og til stævner. Man skal møde op i det forum hvor man har mulighed for at komme til orde og være med til at præge udviklingen i forbundet.

Der er kun en måde at løse problemerne på, og det er at arbejde for en løsning der hvor problemet ligger. Det hjælper ikke at vende forbundet ryggen og køre solo-gang - det er ikke måden at løse problemerne på!!

Jeg synes det er på tide at vi kommer videre, at vi lægger alle stridigheder bag os og begynder at samarbejde - lad os arbejde for et nyt og bedre forbund. DET ER NU DET SKAL GØRES.

Nok om det! Dette forbundsblad vil jeg betegne som "meget bredt" - det indeholder så meget forskelligt slags stof at der er noget for enhver smag.

Der er en del stævne- og lejrbeskrivelser, der er debatstof og der er informationer (i mindre mængde) som vi alle har brug for. Jeg vil betegne det her forbundsblad som et medlemsminded blad.

Jeg har modtaget enormt meget stof til dette blad - det ved jeg godt at jeg har sagt før - men denne gang kom der endnu mere. Det er en positiv udvikling, men desværre giver det mig noget af et problem. Jeg har det sidste års tid måtte udskyde artikler til det næste nummer, og det samme har gjort sig gældende denne gang. Så til jer der har sendt mig noget som ikke er kommet med i bladet: Det ligger til forbundsblad nr. 3. Jeg har to klubportrætter liggende, og det er snart et halvt år siden jeg modtog det første. Men det er desværre den slags stof der kan gemmes. I dette blad er der meget stof der er aktuelt, for de 3 måneder, siden forbundsblad nr. 1, og det er lykkedes mig at få samtlige artikler med, med undtagelse af en. Den kommer så med næste gang. Et par af de

artikler som er kommet gennem nåleøjet denne gang har jeg været nødt til at skære lidt ned. Det beklager jeg meget, men det var den eneste mulighed for at få det med. Jeg tænker her bl.a. på en af Påskelejr-artiklerne. Og så modtog jeg hele to lejrbeskrivelser vedr. påskelejren i Slagelse. Det gav mig også et moralsk problem. Som jeg løste på følgende måde: den ene blev brugt som lejrbeskrivelse og fra den anden pillede jeg nogle interessante afsnit ud som den første artikel ikke havde berørt eller kun berørt lidt. SE SELV INDE I BLADET HVORDAN.

Jeg vil godt komme med en rettelse til artiklen om DM i teknik i forbundsblad nr. 1/99. Jeg har desværre gjort Morten Kryger til vinder af speed-break. Det var Claus Thomsen, Ballerup der vandt speed-break medens Morten Kryger vandt show-break.

Nu er det snart sommerferie og for nogen, her tænker jeg på vores kamplandshold sluttede de sæsonen med bravour. De rejser til Canada den 29.5.99 hvor der afholdes VM - så jeg vil ønske hele holdet held og lykke.

Og i efteråret, nærmere betegnet, 22.-24. oktober 1999, afholder DTaF (Kolding) EM i teknik. Vores tekniklandshold skal kæmpe om EM på hjemmebane så sæt et stort X i kalenderen og mød op og hep på de rød/hvide farver.

Til sidst vil jeg ønske jer alle en rigtig god sommerferie. Vi ses efter sommerferien!

Gitte

ALT I TAEKWONDO UDSTYR M.M: Danmarks største udvalg!

Ring
efter
gratis
katalog

Kyту D. Dang 5. Dan
2 x guld ved EM i poomse
Dansk mester 1988-1995

**CH
TRAE**

Import / export
Claus Henriksen
Gl. Hastrupvej 3
4600 Køge



Tlt. 56 63 87 75
Fax 56 63 87 74

Åben 10.00 - 21.00

Begynder-dragter - fra	139,00
Elite-dragter - fra	395,00
Bælter - fra	45,00
Træningssko - fra	330,00
Kampveste vendbare - fra	295,00
Armbeskyttere - fra	99,00
Benbeskyttere - fra	119,00
Skridtbeskyttere (herre) - fra .	89,00
Underlivsbeskyttere (damer)	165,00
Hjelme - fra	375,00
Tandbeskyttere - fra	29,00
Store sparkepuder m/ garanti	365,00
Små sparkepuder m/ garanti	125,00
Sandsække - fra	298,00
Sandsæk handsker - fra	195,00
Strækmaskiner - fra	275,00
Klubjakker - fra	250,00
Klubtræningsdragter - fra	348,00
Sveddragt fra	298,00
T-shirts alle farver - fra	29,95
Sweatshirts - fra	119,00
Caps alle farver	19,95
Tasker alle str. - fra	148,00
Koreansk flag 145x93 cm	149,00

Broderede klubmærker
Broderi på tøj
Tryk på tøj / tasker m.m.
Sportsmætter 1m x 1m x 2,8 cm
Styrketræningsudstyr
og meget mere

DGI-BUDOGALLA

Den 27. november 1998 skulle der for andet år i træk afholdes Budogalla i den nye DGI-by i København. Alle Budo-stilarter, der er repræsenteret i DGI-Storkøbenhavn var inviteret, og flg. stilarter deltog: Tai-do, Itosu-kai karate, Shuri-ryo karate, Bu-jutsu, Ju-jutsu, Okinawa Gensei-ryo karate, Aikido, Kendo, Jiu-jitsu, Chin-Gu full contact og endelig Taekwondo.

Undertegnede havde overværet Budo-gallaen året før, hvor jeg var meget skuffet over de forskellige opvisningers kvalitet. Taekwondo var ikke repræsenteret det år, men da jeg efterfølgende begyndte at træne i Østerbro Taekwondo Klub, der er en af de to klubber i København, der er medlem af DGI, synes jeg selvfølgelig, at Taekwondo dette år også skulle være repræsenteret, da det ville være en fremragende mulighed for at vise de andre kampsports-kunst-udøvere samt alle andre interesserede, hvor bredt spektret i Taekwondo er, og hvor flot kampkunst kan udøves, når det er bedst.

Jeg ville lave en opvisning, der skulle "slå benene væk" under de andre stilarter, og da Østerbro-klubben er en ret lille klub med forholdsvis få højbelter, måtte jeg låne folk udefra. Det var heller ikke svært at få folk til at være med, for når de fik at vide, at der var tale om et Budo-galla, kunne de næsten ikke sige nej. At repræsentere Taekwondo til en sådan begivenhed er jo nærmest en pligt.

Det blev til en 13- mands trup med 8 tekniklandsholdsudøvere, 2 udøvere fra Østerbro samt 3 fra Rødovre (Amir Rashid, Jesper Roesen og Morten Krüger).

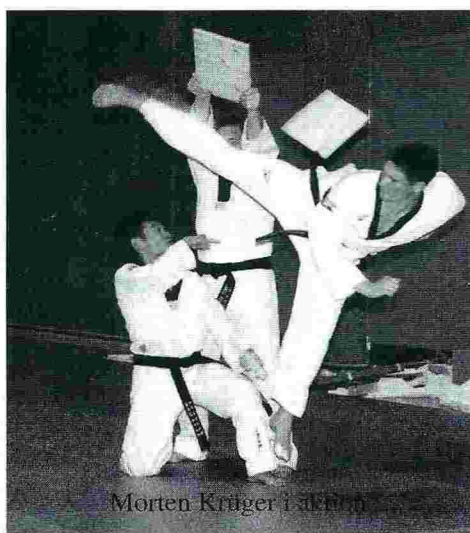
Det var meningen at alle facetter af Taekwondo skulle vises på de 15 minutter, vi havde fået tildelt, og med det halve af tekniklandsholdet skulle den tekniske del være dækket ind. Amir og Jesper skulle stå for den kampmæssige del, mens Krüger der efterhånden er ekspert i gennembrydninger, skulle krydre opvisningen med et par flotte gennembrydningsserier. Grundideen med opvisningen var, at hele Taekwondo-spektret skulle vises, og at udøverne så deltog i det, de var bedst til.

Det største problem var, at vi kun kunne øve opvisningen en gang, hvor alle kunne

være til stede, og det var om formiddagen umiddelbart inden selve opvisningen. For at forstå bekymringen ved dette, skal det lige tilføjes, at undertegnede havde sammensat et opvisningsprogram til musik, hvor skiftet mellem de forskellige Taekwondo-discipliner (poomse, hanbonkireugi, gennembrydninger osv.) blev markeret ved, at musikken skiftede på få sekunder, hvor holdet så skulle nå at lave nye opstillinger. Alle skulle således være klar over, præcis hvor på gulvet, de skulle stå hvornår, hvad de skulle lave til hvilket musik osv. Musikken var optaget på kasettebånd, så hvis vi kom bagefter, ville det virke ret kikset.

Nå, "generalprøven" som foregik i Østerbro Taekwondo Klubs lokaler gik OK, og folk fik efterhånden fornemmelsen af, hvor lang tid de skulle være på gulvet, og hvor mange kræfter, man kunne tillade sig at bruge. F.eks. fandt Amir og Jesper ud af, at de nok ikke skulle kæmpe konstant i de to minutter, de havde fået tildelt, for det var sgu for hårdt. Konkurrencekamp og opvisningskamp er altså ikke det samme!! Desværre, for der var sgu godt nok knald på.

Efter generalprøven tog vi direkte til DGI-byen, hvor opvisningen allerede var i fuld



Morten Krüger i aktion

Jørn Kempel, Kim Drube og Randi West Hansen laver P4



gang. I den ene halvdel af den store hal havde hvert forbund en stand, hvor man kunne få info om den enkelte stilart, lige som der var diverse andre udstillinger med asiatisk tema samt smagsprøver på sushi m.m.

Østerbro Taekwondo Klub havde med hjælp fra CH-Trade fået lavet den absolut flotteste stand med videoforevisning af diverse gamle opvisninger.

Taekwondo-holdet skulle på gulvet i midten af programmet. Som forrige år var de fleste af de andre opvisninger jævnt kedelige med for lange passager med de samme teknikker. Der var før vores opvisning heller ikke andre der havde brugt musik.

Så blev det vores tur. Volumenknappen til anlægget blev drejet en halv omgang til højre og playknappen blev trykket ned. 13 Taekwondo-gale sortbelter vækkede på få sekunder hele hallens opmærksomhed, og hvor folk ved de andre opvisninger havde siddet og småsnakket, var der nu fuldstændig ro på tilskuerpladserne.

Ud over at undertegnede, der selv havde sammensat grundteknikserien, pludselig lavede noget andet end alle de andre, forløb opvisningen perfekt. De medvirkende udøvere var vildt tændt, og på trods af den høje musik, rungede kiap-råbene ud i hele hallen.

Stort set alle gennembrydningerne (ca. 10 forskellige) blev afviklet med militær

forsætter på side 5

JM i kamp 1999

Ikke mindre end 160 kæmpere havde den 20.2.99 fundet vej til Brande for at deltage i de jyske mesterskaber i kamp, og dermed også konkurrencen om deltagelse ved DM. De 160 kæmpere med heppekor og tilskuere fyldte den tilskuermæssige lille hal helt op, og var med til at skabe den rette stemning i hallen.

I løbet af dagen skulle afvikles 140 kampe, så der var knald på de 3 baner fra starten af, og der blev også gået til den på banen. Således var det på et tidspunkt næsten nødvendigt at trække et nummer for at komme til lægen. Det var dog kun de sædvanlige småskader, som blev behandlet og afsluttet på stedet.

Stævnet var som stævner er flest, men det var klart at der var flere kampe med et rimeligt niveau end tidligere. Dette kan vi jo kun glæde os over. Men er vi interesseret i at folk skal komme og se vores stævner og evt. få lyst til at træne taekwondo, er det ikke gennem de kampstævner vi har idag vi skal sælge os. Har du intet kendskab til taekwondo, en kæmper med eller det er dit eget barn der kæmper, så må vi jo nok se i øjenene at de fleste stævner gennemgående er kedelige. Så sideløbende med de stævner vi har nu ville det ikke være skadeligt at man også lavede noget udvikling og fornyelse til glæde for taekwondo.

Men er man nu interesseret i taekwondo er der altid nogle kæmpere man glæder sig til at se, men da modstanderen ikke var blandt de bedste måtte man bare nyde at se Shirwan Hasan fra Viby Olympic køre et sikkert mesterskab hjem. Karin Schwartz er det også altid en fryd at se. Her er en kæmper der giver den 100 % også selv om hun har en god føring. På det tidspunkt vidste vi ikke at det var Karins næstsidste stævne (Karin stopper sin kampkarriere efter DM), og jeg tror vi er mange der siger hende tak for alle de gode kampoplevelser hun har givet os gennem årene. Samtidig kan man jo så glæde sig over at klassen ikke bliver helt tom, da Lisa fra Viby Olympic, som kæmpede mod Karin viste gode tendenser. Nok kunne hun ikke slå Karin, men viljen var der, så lad os se om vi i hende, med tiden, kan finde en værdig arvetager til Karin. Slut med taekwondo er det da heldigvis ikke for Karin, og lad os håbe at hen-



des kunnen og talent nu kan blive formidlet på en anden måde.

Der var fint besøg fra øen over there - verdensmester Hanne Poulsen kom på besøg for at sekundere Michelle Theilgaard.

Rent organisatorisk var det et fint stævne som Hans og resten af hans banditter skal have ros for. Bl.a. lavede to af klubbens medlemmer en kort men flot opvisning med nogle Moo Duk Kwan poomsers.

Carsten Stigers, Århus
lokalredaktør i Nord

DGI-Buddogalla - fortsat

præcision, og Krüger, leverede som sædvanlig nogle suveræne serier, der fik publikum til at juble.

Lige som sommerfuglene var ved at komme under kontrol, og man var ved at føle sig rigtig godt tilpas på gulvet, var det hele forbi. Når det hele bare kører og folk er tændt, opstår der en hel euroforisk stemning og man har bare lyst til at blive ved og ved.

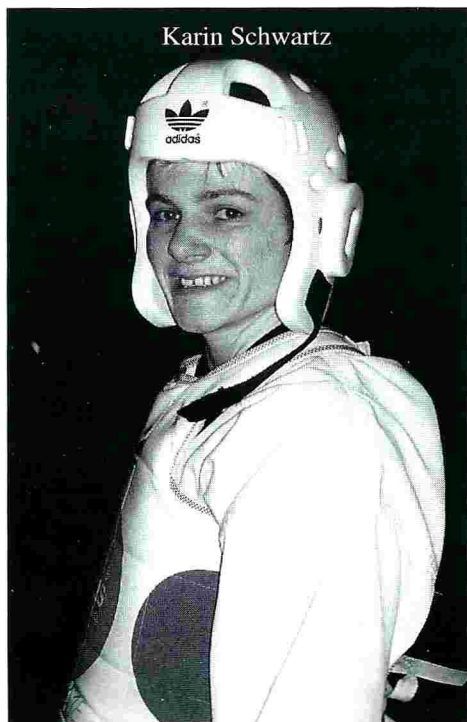
At få lov til at lave en opvisning med så mange dygtige udøvere var virkelig en fed oplevelse, og vi var på intet tidspunkt i tvivl om, at publikum kunne lide underholdningen.

Efter opvisningen blev vi kontaktet af adskillige af de andre udøvere, der var meget begejstret over vores præstation, som de mente, vi måtte have trænet på i lang tid. De skulle bare vide!!!

Jeg vil sluttelig sige tak til de deltagende udøvere, hvoraf flere kom helt fra det mørke Jylland. Det var rart at vide, at vi på tværs af klubber og mestre stadig kan samles og samarbejde om det, det hele drejer sig om - nemlig **Taekwondo**.

Nogle af holdets udøvere havde kampen som deres lidenskab, mens andre var mere til de tekniske finesser. Alle var dog i besiddelse af den rette Taekwondo-ånd med respekt som det tungest vejende. Vi nød hinandens ekspertise og færdigheder og brugte alle vores kræfter på at repræsentere Taekwondo på bedst mulig måde. Det er en skam, at der i vores Taekwondo-forbund bliver brugt så mange negative kræfter på ligegyldige ting!!!!

Henrik Frost
Østerbro Taekwondo Klub



Karin Schwartz

SM i kamp 1999

Lørdag den 27.2.99 blev der afholdt Sjællandske Mesterskaber i kamp i Albertslund. Stævnet som blev afholdt på Albertslund Stadion (Hallerne) så ved deltagerlisten ud til, at blive et stævne, hvor der kunne blive mange spændende kampe, idet flere af deltagerne var på landsholdet eller aktuelle til landsholdet.

Der blev kæmpet i mange klasser fra ungdom til senior og kvaliteten på stævnet syntes at være høj fra starten i ungdomsrækkerne.

Der syntes at være mange nye talenter på vej, og det jeg blev vidne til under SM gør, at jeg ikke umiddelbart er bange for fremtiden, hvis samme niveau kan holdes.

Ungdomsrækkerne vil jeg ikke skrive så meget om, men synes alligevel, at jeg vil nævne rækken Piger Weltervægt, hvor finalen stod mellem Maria Juntunen fra Lyngby og Marianne Rørvig fra Rødovre.

På en herlig fight vandt den flere klasser lavere graduerede Maria over Marianne og når jeg skriver fight var det virkelig det der var tale om fra begge pigers side. Der blev kæmpet så det gnistrede og publikum forstod at holde stemningen oppe i den kamp.

Fra ungdomsrækkerne skal det også nævnes, at finalen i Junior Damer Bantamvægt mellem Mia Frederiksen fra Holbæk og Selma Solakli fra Rødovre blev vundet af Mia, idet hun vandt med 2-1 efter hun havde været bagud inden 3. omgang med 0-1. I 3. omgang fik hun fightet sig tilbage i kampen og gik scoret 2 gange, så sejren var hjemme.

I seniorrækkerne var der set hen til de kampe som vedrørte kæmpere, som enten er på eller ligger lige uden for landsholdet. Jesper Roesen og Philip Reyes var i Korea, og Hanne Poulsen havde ingen

modstandere men herudover var alle de interessante navne i kamp.

Sonny Cagara, Rødovre som kæmper i klassen Finvægt mødte i sin semifinal Theis Kokfelt, Lyngby. Kampen startede meget jævnybyrdigt, men efter at 1. omgang var endt 2-2 slog Sonny til og vandt de næste 2 omgange med 2-0, hvorefter den samlede sejr her blev på 6-2. I finalen stod den evige kamp mellem Rødovre og Gladsaxe alias Sonny og Cüneyt Hamid. De fleste tilskuere var ved denne bane og de fik en meget flot kamp, som Sonny vandt med 2-1. Der var meget stor utilfredshed med denne afgørelse hos Gladsaxe-lejren, idet der blev kraftigt proteste-



ret over nogle point, som man ikke mente man fik. Jeg skal ikke her forsøge at dømme kampen, men bare sige, at jeg syntes det var den rigtige der vandt, idet Sonny samtidig udviste bedre initiativ i kampen.

Finalen i Bantamvægt mellem Abror Haider fra Gladsaxe og Imran Rashid var nok den kamp, som mange havde set frem til, idet Imran var tilbage som kæmper efter en længere pause. Kampen blev kæmpet på et meget højt plan, og havde sejren været afhængig af publikum, ja så havde Rødovre vundet kampen. Men det var Abror der rendt med sejren. Imran kunne intet stille op mod Abror, som vandt med klare 8-3.

Finalen i Mellemvægt blev vundet af Zakarias fra Rødovre, der i finalen besejrede Flemming Kuburovic fra Gladsaxe med 1-0. Også Zakarias har holdt en længere pause p.g.a. en skade, men er nu tilbage på kamp-arenaen.

Den 27. og 28.3.99 går det løs igen. Da afholder Esbjerg Taekwondo Klub DM. Og udover at der er mulighed for revanche er der også både landsholdspladser samt VM-pladser på spil - og muligvis også OL-billetter. Desuden er det sidste mulighed for 5 junior-kæmpere hvad angår kamperfaring inden deltagelse i Junior EM på cypren i april måned.

Men tilbage til SM. Stævnet var godt organiseret af den arrangerende klub Albertslund, selv om jeg måske igen gerne ville have set lidt mere publikumsvenlige omgivelser. Jeg synes da det er helt fint, at man vil kæmpe i samme hal, men vilkårene for publikum bliver derefter, og når man nu har en hel hal ved siden af, som kun blev brugt til opvarmning for kæmperne..... taekwondo er en rigtig god publikumssport, og hvis man gerne vil lave lidt god reklame, så skal man også sørge for, at der er plads til dem.

Jan Bechmann, Hvalsø TKD
lokalredaktør for Sjælland

Udviklingen skræmmer!!

Ser man på udviklingen i kamp fra VM i 1983 og frem til i dag, er der formentlig ingen, der vil benægte, at kamp/kampteknikker har været igennem en kolossal udvikling. Bevægelsesmønstrene er blevet ændret, lige som udførelsen af de forskellige relevante spark, der bruges i kamp, er blevet meget mere effektive.

Men hvad med vores håndteknikker? Har de gennemgået den samme udvikling, og er de dermed blevet mere effektive? Set på landsplan er svaret klart og enkelt - overhovedet ikke.

Spørger man andre Budo-udøvere, hvad der er karakteristisk for Taekwondo-udøvere/kæmpere, vil mange sikkert svare, at vi er meget gode til at sparke, mens vi er ret elendige til at bruge vores hænder. Og i det store hele har de desværre ret.

Selvfølgelig er det naturligt, at sparkene igennem årene er blevet udviklet, da man jo har brugt dem i konkurrencekamp i mange mange år. Og når man siger konkurrence, siger man på samme tid også udvikling, da alle jo gerne vil forbedre sig og vinde. Men i og med at man i konkurrencekamp kun må slå med knyttet hånd på overkroppen, som kun sjældent bliver belønnet af dommerne, er det naturligt, at håndteknikkernes udvikling har stået stille på dette felt.

Næsten lige siden Taekwondo's indførelse i DK, har vi dog trænet de taegeuk/poomse, som vi kender i dag. Poomsee'ne skal alle lære, hvis man vil avancere i bæltesy-stemet, og ved gradueringer, er det normalt også poomsee'ne, der bliver lagt mest vægt på. Når man til en graduering har set en udøver udføre nogle få poomse, kan man meget hurtigt bedømme, om vedkommende kan sine grundteknikker, da taegeuk og poomse består af mere end 80% håndteknikker lige som standene er gennemgående i alle serierne.

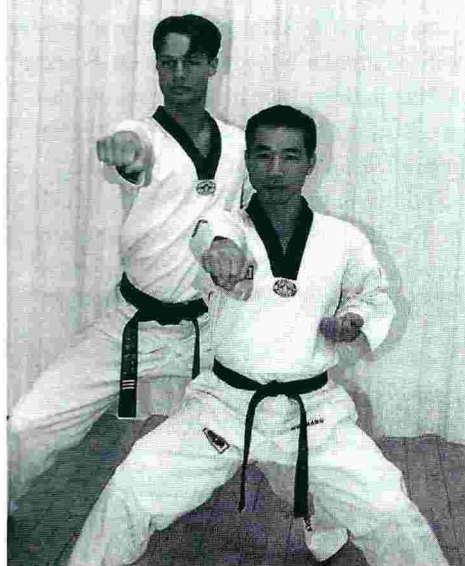
Det har dog stort set altid været tilstrækkeligt, hvis udøveren kendte de forskellige poomsee's diagrammer. Selve måden mange Taekwondo-udøvere udfører sine teknikker på, samt den måde de bevæger sig på, er hos mange identisk med den

måde, man udførte dem på i 1983, og det kan ikke være tilfredsstillende.

Selv om det for mange virker fjernt, burde de forskellige grundteknikker kunne bruges effektivt i selvforsvar. Selvfølgelig skal teknikkerne i en selvforsvarssituation ikke udføres på helt samme måde, som de bliver udført i poomsee'ne, men grundprincipperne for bevægelserne, målområderne samt kontaktfladerne er de samme.

Størstedelen af de håndteknikker, den gennemsnitlige Taekwondo-udøver i DK udfører, er dog alt for langsomme og til tider ineffektive.

Tekniklandsholdstræner Ky Tu 6. dan samt
ass. landsholdstræner Henrik Frost 4. dan



I 1994 begyndte der dog at ske noget. Man indførte igen officielle teknikstævner i DK, og som før nævnt, er konkurrence lig med udvikling. På samme tid blev det første tekniklandshold også udtaget, og det hold rejste allerede i 1994 ud til stævner i udlandet, hvor vi så mange andre måder at udføre grundteknikkerne/poomsee'ne på. Nogle af dem var mildest talt ubruglige, mens andre var mere interessante. Vi tog i hvert fald nogle af dem med hjem i dojangen, hvor vi "legede" lidt med dem.

Dette blev startskuddet til den udviklingsproces, som grundteknikkerne/poomsee'ne stadig er i idag.

Det var dog ikke et startskud uden problemer og modstand, og det er de problemer og den modstand, som vi stadig møder i

dag, som jeg ønsker at belyse i denne artikel.

Det var specielt ved danfortræningerne/gradueringerne, at modstanden og kritikken var mærkbar, og det blev for mange teknikudøvere, specielt tekniklandsholds-deltagere, normalt at granske mellem stævnepoomsee'r og dangradueringspoomsee'r.

Jeg vil dog blankt erkende, at der til nogle af teknikstævnerne i starten blev vist nogle enkelte anderledes teknikker, som hverken var forenelig med de danske teknikker, eller i det hele taget effektive, men specielt p.g.a. deres ineffektivitet, blev de hurtigt ændret igen.

At man skulle ændre sine teknikker til danfortræningerne, var dog ikke noget nyt, for der har i al den tid, jeg har dyrket taekwondo, været forskellige måder at udføre forskellige teknikker, så når man tog til danfortræning/graduering, lavede man det danfortrænerne/sensorerne ville se, og når man så kom hjem i klubben, lavede man igen det, man nu skulle der. En lille "sjov" leg, som man stadig leger den dag i dag.

De små ændringer og justeringer, som specielt tekniklandsholdsdelegerne (incl. undertegnede) laver i vores poomsee'ere, er alle ændringer, der ikke strider mod Kukkiwon's Textbook. At bruge ordet "ændringer" er måske også forkert, da der oftest kun er tale om en anden måde at lave kontra på, mens selve teknikken er den samme. Det skal også her tilføjes, at der i DK stadig er teknikker, som man ikke er enige om, hvordan skal udføres korrekt. Hvis jeg siger Moa-seogi, ved de fleste vist nok, i hvor små sko, vi kan gå i DK.

Noget af det jeg har arbejdet meget med, er at udføre håndteknikkerne så hurtigt og så afslappet som muligt, men med højest mulig spænding i kontaktøjeblikket. At kunne udføre sine teknikker hurtigt, er ofte altafgørende i en selvforsvarssituation, hvorfor det således burde være en selvfølge, at grundteknikkerne udføres hurtigt og dynamisk.

Men når teknikker på denne måde skal effektiviseres, er det således også de små

Udviklingen skræmmer - fortsat

justeringer, der i sidste instans gør den store forskel.

Hvorfor er der så denne modstand mod fornyelse og udvikling?

Tja, det spørgsmål har jeg stillet mig selv og andre i meget lang tid.

Langt hovedparten af de personer, der stejler, når de ser eller hører om andre måder at lave en teknik på, er ældre udøvere, og dermed ofte også forholdsvis højtgraduerede. At skulle se ting fra en anden vinkel, end man har gjort de sidste 15-20 år, kræver selvfølgelig et åbent sind, lige som det nok desværre kræver en hel masse anstrengelser for den ældre Taekwondo-udøver at vurdere en anderledes udført teknik objektivt, for tænk hvis denne udøver kom til at indrømme, at den "nye" teknik var mere effektiv, så måtte han desværre nok også til at træne lidt på den, eller hva'?

Nytænkning og udvikling skræmmer desværre tit, for det har altid den konsekvens, at man skal ændre nogle mønstre/vaner, som man har været vant til i meget lang tid. Men hvis udviklingen er til det bedre, burde alle være positive og så prøve at sætte sig ind i de nye "ideer". Synes man så stadig, at det gamle var bedre, han man da ikke været forstokket og afvisende.

Forestil dig 1 års Taekwondo træning, hvor du på intet tidspunkt sparkede på plethandsker og skjolde, fordi din træner aldrig selv havde trænet med disse hjælp-



Bjarne Sørensen, Århus



Poomsetræning i Tyrkiet umiddelbart inden EM i 1997

pemidler. Jeg kan kun sige: trist, trist, trist.

Fornylig var jeg til et foredrag med højskoleforstander Niels Willemoes. Foredraget handlede om omstillinger og udvikling på arbejdsmarkedet og i samfundet generelt. Han sagde bl.a., at når mange mænd bliver omkring de 43 år, så går de i stå. De modsætter sig alt nyt, de ønsker konservatisme og så få fornyelser i hverdagen som muligt, da det sætter krav til dem. Omstilling og udvikling er besværligt !!

Jeg sammenligner nogle af de ældre sabeum nimmer som gamle folkeskolelærere, der har undervist i det samme stof i mange år. De er lærere. De har lært det, de skal lære, og de ønsker ingen fornyelse eller nytænkning, da det ville kræve tid og kræfter at sætte sig ind i dette. Som Sabeum nim er man på et eller andet niveau dog stadig elev, og man bør derfor også til stadighed forny og udvikle sig, og i første omgang se på fornyelse/ændringer med åbent sind. Tænk hvis det virkelig kunne bruges!

Når alt kommer til kort, drejer det sig vel bare om, at man accepterer, at der er forskellige måder at gøre tingene på. Til danfortræningerne burde man efter min mening bruge tiden og kræfterne på at sortere de personer fra, som ikke er gode nok, men i stedet bruger man (nogen absolut mere end andre) en masse kræfter på at "promovere" sin egen måde at udføre forskellige teknikker på. Ting som for mange virker som ligegyldige petitesser.

Til min 4. danfortræning/dangraduering fortalte vores 2 stormestre i hver deres foredrag, at når man blev Sabeum nim, var der nogle ting (teknikker), som man selv kunne bestemme, hvordan man ville udføre. Man havde nu nået en grad/eksperitise, hvor man selv burde kunne skelne mellem godt og skidt.

Denne frihed/mulighed bliver dog frataget en, når ens elever kommer tilbage fra danfortræninger med formaninger om, at det og det var forkert.

Man ønsker ensformighed i forbundet, men alligevel er danfortrænerne uenige om, hvad der er rigtigt og forkert - hvilket dog burde være helt naturligt, da vi jo ikke alle har samme baggrund.

Men hvis danfortrænerne er uenige, burde de også have forståelse for og respektere, at de elever, de "retter", måske faktisk gør det, deres egen Sabeum nim har sagt er rigtigt efter hans/hendes overbevisning. Igen vil jeg pointere, at jeg kun refererer til de små forskelligheder.

I Kukkiwon's Textbook står der på side 237 om udførelsen/træningen af poomse, bl.a. at man selv må evaluere effektiviteten af det, man har lært, og sammenholdt med ens kropsbygning, muskelstyrke, højde o.s.v. herefter forme teknikkerne, så de passer til ens egen krop/stil. Tager DTaF udgangspunkt i WTF's teknikker, burde der herefter ikke være mere at diskutere!

Hvornår skal landsholdsudøvere, kæmper som teknikudøvere, slippe for at komme til danfortræninger med den følelse,

Udviklingen skræmmer!!

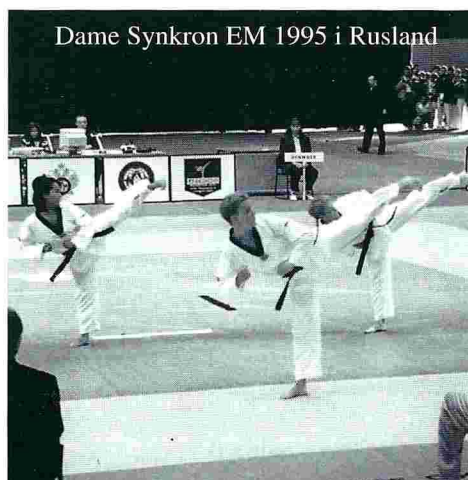
at de af i hvert fald en danfortræner lige skal sætte plads, og at de absolut ikke skal komme og tro, at de er noget specielt. Det kan til tider være svært at respektere og lytte (blive rettet) af en sådan danfortræ-

de, høje og lave, hvorfor det måske ikke er alle bevægelser, der passer lige godt til alle.

Kan man på fornuftig vis forklare/forsvare, hvorfor man udfører en teknik på en bestemt måde, må det være OK, frem for at man laver noget, bare fordi en eller anden engang sagde, at det var det rigtige.

Henrik Frost, 4. dan
Østerbro Taekwondo Klub

Læs kommentarer fra Søren Holmgard Knudsen, formand for DTF's Breddeidrætsudvalg på side 22



ner, når han selv er i kategorien "43 og konservativ.

Lad os dog nyde alsidigheden i Taekwondo i stedet for at prøve at indsnævre den. Vi mennesker er forskellige, tykke og tyn-

Køb i sekretariatet

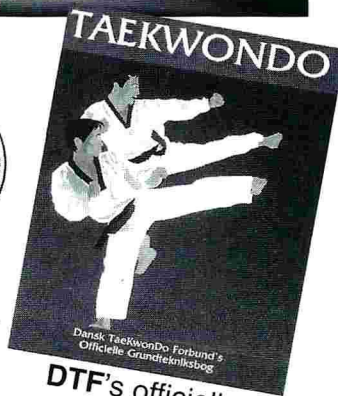


TDK Info-
folder.
Almen
info om
teakwondo
Pr. stk. kr.
1,25

DTF Klister-
mærke
kr. 5,-



DTF Stof-
mærke
kr. 25,-



DTF's officielle
grundteknikbog
indeholder alle
teknikker + teori
112 sider
kr. 162,50



Flot TDK Streamer. Pr. stk. kr. 20,00

Fotograf for Dansk Taekwondo Forbund
Carsten Stigers
tlf/fax 86 10 11 79
foto/film/video

AKTIVITETSPLAN

- 05.-06.06.99 Instruktør 1, Vejle
- 05.-06.06.99 Idræt for børn og unge, Kolding
- 05.06.99 Pulje-talent-stævne i kamp - LEDIG
- 03.-09.07.99 Sommerlejr, Hinnerup
- 21.08.99 Wondfull Copenhagen både kamp og teknik
- 28.-29.08.99 Instruktør 1, Rødovre sept. OL-udtagelse, Sverige
- 11.-12.09.99 Instruktør 2, Rødovre
- 18.09.99 Pulje-talent-stævne i kamp - LEDIG
- 25.09.99 Begynder Cup - LEDIG
- 25.-26.09.99 Instruktør 1, Esbjerg
- 02.-03.10.99 Træningslære 1. del, Vejle
- 02.-03.10.99 Idræt for børn og unge Rødovre
- 09.10.99 JM i teknik, Skanderborg
- 16.10.99 SM i teknik, Ballerup
- 22.-24.10.99 EM i teknik, Kolding
- 30.-31.10.99 Instruktør 1, Vejle
- 06.11.99 Pulje-Begynder-stævne LEDIG
- 13.11.99 Scandinavien Open, Århus både kamp og teknik
- 13.-14.11.99 Træningslære 2. del, Vejle
- 13.-14.11.99 Instruktør 2, Vejle
- 20.11.99 Talent Cup - LEDIG
- 27.11.99 DM i teknik, Rødovre
- 27.-28.11.99 Idrætsmassage, Esbjerg

DM i kamp 1999

Esbjerg stod for afholdelsen af DM i kamp d. 27. og 28. marts 1999 og delta-gerlisten afslørede at der var nogle meget spændende kampe i vente. Hele junior- og seniorlandsholdet deltog og for juniorerne var det sidste udkald inden EM på Cypern. Desuden skulle der udtages et nyt landshold og der var både VM- og OL-billetter der endnu ikke var sat navn på - så hele weekenden tegnede til at blive en yderst spændende taekwondo-oplevelse.

Lørdag d. 27.3.99

Over halvdelen af DM-kampene skulle foregå om lørdagen - og eftersom der var mange interessante kampe på programmet - så var der knald på fra start til slut. Lørdagens kamp-program var afbrudt af indmarch - og der var virkelig sat alle sejl til for at gøre noget ud af denne.



Der var også arrangeret en lille opvisning efter frokostpausen - man kan vel nærmest sige at Spice Girls invaderede hallen - men det kan ikke beskrives, det skulle ses.

Heidi Jepsen, Dame Junior 49-53 kg

Heidi Jepsen, Esbjerg havde fået en fin lodtrækning idet hun gik direkte i finalen. Hendes finalekamp blev mod Tina Sørensen fra Esbjerg City som i sin semifinal havde slået Signe Bruun fra Esbjerg. De to piger har mødtes mange gange før og kender hinanden godt.

1. omgang blev utrolig spændende og der blev kun scoret 1 point og det var Heidi med et bakat chagi. Men det var en omgang med mange flotte angreb fra begge piger, selv om det var Heidi der havde

styringen.

2. omgang udviklede sig også til en meget spændende omgang med flere vellykkede angreb. Tina kæmpede meget aggressivt og hun kom tilbage i kampen. Denne omgang sluttede 2-1 til Heidi.

3. omgang udviklede sig til en jævnbyrdig omgang. Tina var kommet så godt ind i kampen at hun faktisk truede Heidi. Og først da dong dongen lød var der fundet en vinder. Kampen endte 3-2 i Heidi's favør.

Philip Reyes, Senior Herrer 54-58 kg

Philip Reyes, Rødovre viste for alvor sin klasse denne lørdag. Jeg tror nedenstående siger alt.

Semifinalen stod mellem Philip og Ronni Jensen fra Viby Olympic. Og vi ved jo alle

hvilken stærk kampklub Viby Olympic er, så umiddelbart kunne man forvente en spændende kamp. Men allerede i 1. omgang kunne man lige-

som fornemme i hvilken retning kampen udviklede sig. Det blev en ren opvisningskamp af Philip som dominerede total og scorede 4 gange med 2 doljo chagi, 1 dwit chagi og 1 an chagi.

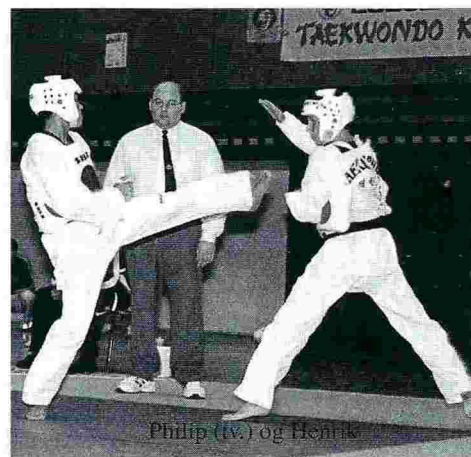
Philip fortsatte med samme kampgejst i 2. omgang. Med doljo chagi scorede han yderligere 3 point.

Til gengæld blev 3. omgang nogle rolige minutter. Det virkede som om Philip tog den lidt med ro, men det kan man jo også godt med en føring på 7-0. Der blev ikke scoret i 3. omgang men en sikker sejr til Philip Reyes og en flot fightende indsats fra Ronni Jensen.

I finalen mødte Philip Henrik Ravn fra Esbjerg. De har mødtes før og Henrik er en habil kæmper.

Philip viste klart allerede i 1. omgang at han ville vinde DM idet han hurtigt score

de 2 point. Henrik fik dog ændret pointscoren til 2-1 inden omgangen sluttede. Philip fortsatte med at dominere i 2. om-



gang som han vandt 3-0.

3. omgang blev næsten en gentagelse af Philips semifinalenkamp - han scorede et enkelt point og derefter slappede han af. Men en sikker sejr på 6-1 til Philip Reyes.

Jesper Roesen, Senior Herrer 62-67 kg.

Jesper Roesen, Rødovre mødte Mikkel Kannegaard, Viby Olympic i semifinalen. En kamp man vel kan betegne som den moralske finale idet de to ellers altid mødes i finalen.

1. omgang endte med føring til Mikkel på 1-0 men i 2. omgang slog Jesper til. Han scorede 3 point mens Mikkel fik scoret yderligere 1 point.

Med en føring på 3-2 til Jesper begyndte 3. omgang. Jesper dominerede denne omgang. Han scorede 2 point med et doljo chagi og lidt senere 1 point mere med et dwit chagi. Sejr til Jesper på 6-2.

I finalen mødte Jesper Ümüt Karagöz fra Fredericia som er en dygtig kæmper. Der er ikke meget at sige om den kamp - Jesper viste sin klasse ved at vinde kampen 8-0.

Laila Halkjær, Senior Damer 55-59 kg

I denne vægtklasse mødte vi ikke færre end 4 meget dygtige kæmpere: Ruth Nissen fra Esbjerg City, Laila Halkjær fra Viby Olympic, Maiken Hornbæk fra Esbjerg samt Elham Jamal fra Rødovre. Den mest interessante af de 4 var nu nok Laila som er udtaget til VM og nu også OL da Karin Schwartz stopper sin karriere imorgen

DM i kamp 1999 - fortsat

søndag og dermed giver plads til Laila.

Laila møder Ruth i den ene semifinalerens Maiken og Elham kæmper den anden semifinalerens kamp lige efter. Laila kæmpede en utrolig god kamp og vandt 4-2. Laila bibragte kampen spænding mens hendes sekundant, som var Hanne Poulsen, stod for underholdningsværdien. Hanne var en fornøjelse at se på, når hun dirigerede rundt med Laila og når hun gav gode råd mellem omgangene. Hele hendes kropssprog, smil og fakter med både arme og ben var en meget positiv oplevelse.

Finalen blev mellem Laila og Maiken (en kamp som jeg ikke så) og som Laila vandt.

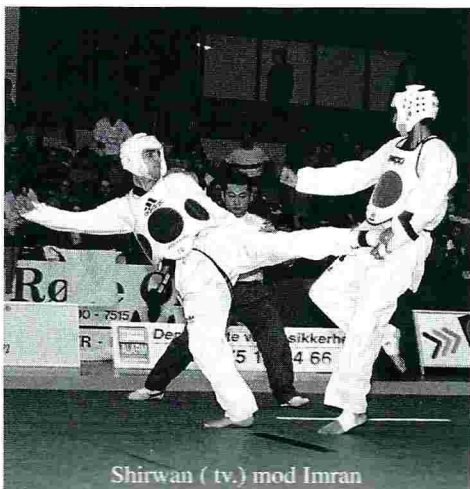
Senior Herrer 58-62 kg

I denne stærke Herre-gruppe var der hele 3 interessante navne. EM-bronzevinderen Shirwan Hasan fra Viby Olympic, Abror Haider fra Gladsaxe samt Imran Rashid fra Rødovre der så småt er ved at få sin gamle storform tilbage.

Abror vandt sin semifinalerens kamp 3-0 over Morteza Djavaherian fra Viby Olympic og han kunne derefter så vente på udfaldet af den anden semifinalerens kamp der stod mellem Shirwan Hasan og Imran Rashid.

Kampen mellem Imran og Shirwan blev en rigtig gyser.

1. omgang endte 1-0 til Shirwan som scorede sit point med en dobbelt doljo chagi.
2. omgang endte uafgjort 0-0 men der var nogle herlige dystre mellem de to klassekæmpere.



Shirwan (tv.) mod Imran

3. omgang endte 2-1 til Shirwan og også denne omgang var ligesom 2. omgang jævnbyrdig med en masse flot fight. Sejrr til Shirwan på 3-1, men en fantastisk god kamp - den bedste kamp vi havde set ved DM på daværende tidspunkt. Jeg vil faktisk sige, at det er sådan en kamp skal være!!

I finalen tørner Shirwan og Abror sammen. Det lyste ud af begge kæmpere, at de ikke ønskede at tabe - de ville vinde - og det fremgik også tydeligt af deres måde at kæmpe på, at de begge troede/vidste at de kunne vinde. Men desværre kan der kun findes en vinder. Sejren gik til Shirwan Hasan med pointscoren 4-2.

Youssef Lharraki, Senior Herrer 72-78 kg.

Youssef Lharraki, Gladsaxe mødte Nikolaj Laustsen fra Viby Olympic i semifinalen.

1. omgang endte 1-0 til Youssef efter at have sendt modstanderen til tælling med et mom doljo chagi.
2. omgang endte 3-0 til Youssef som styrede kampen.
3. omgang endte uafgjort og en sikker sejr på 4-0 var hjemme til Youssef.

I finalen møder Youssef Anders Carlsen fra Slagelse.

1. omgang udvikler sig som forventet - Youssef vinder omgangen 2-0.
2. omgang blev uhyggelig spændende. Det lykkedes Anders at vende Youssefs 2 point føring til en 1 pointsføring i egen favør. Omgangen slutter 3-2 til Anders.
3. omgang begyndte - og på dette tidspunkt er intet afgjort - men Youssef viser sig dog, at være manden der, har mest is i maven. Han kæmper sig igen foran og vinder kampen 5-3. Men en flot præstation af Anders, som vi alle på et tidspunkt troede, ville levere dagens overraskelse. Anders må absolut regnes som en "coming man".

Jan Glerup, Senior Herrer +84 kg.

Jan Glerup, Ålborg gik direkte i finalen og mødte sædvanen tro Irfan Ullah fra Gladsaxe. Den høje tavse jyd viste endnu engang at han er mesteren. Han vandt

suverænt kampen med cifrene 6-0. Irfan ydede som sædvanlig en flot indsats men kunne intet stille op.

Inden medaljeoverrækkelsen blev årets dommer hædret. Valget var denne gang faldet på Michael Døssing fra Esbjerg.



Kim Lehmann (tv.) og Michael Døssing

Også end anden dommer blev hædret ved denne lejlighed, nemlig Søren Jensen fra Århus som d.d. er rykket op som B-dommer.

Dagen var omme efter medaljeoverrækkelsen - en dag der for visse deltagere betød mere end bare et DM - for muslimerne var den 27.3.99 nemlig en højtid, kaldet Eid, meget lig vores jul. Undertegnede fik en lille snak med Amir og Imran fra Rødovre, som prøvede at forklare mig hvad Eid står for. Selv om Eid kan sammenlignes med vores jul, følger der slet ikke de traditioner med, som vi har, når vi fejrer julen. Og som Amir og Imran sagde "vi har valgt at fejre Eid når vi kommer hjem - vi er jo også sammen med vores familier resten af året".

Søndag d. 28.3.99

2. dagen af DM er oprundet og der var 2 personer jeg var spændt på at følge: The Grand old lady Karin Schwartz som har sagt at hun takker af efter idag samt Zackaria Asidah fra Rødovre som om nogle få dage skal i kamp igen - denne gang vil det være en OL-billet det gælder. Dagen i dag vil formentlig give os et lille tegn om hans chancer, idet han sandsynligvis vil møde en af de 3 modstandere idag, nemlig Flemming Kuburovic fra Gladsaxe.

DM i kamp 1999 - fortsat

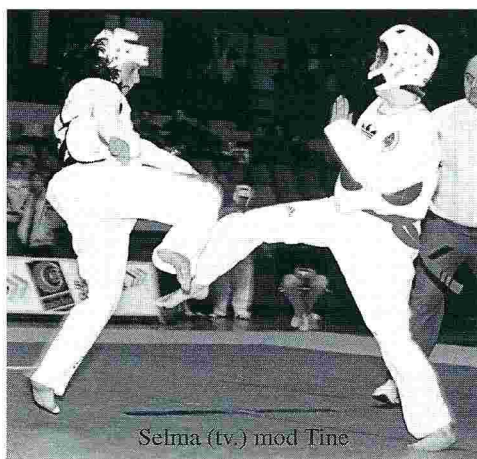
Dame Junior 45-49 kg

I denne vægtklasse finder vi to meget skrappe unge damer, nemlig Mia Frederiksen fra Holbæk og Selma Solakli fra Rødovre. Begge piger skal med til EM på Cypren her i april måned (dog i hver sin vægtklasse).

Selma skal i sin semifinalen møde Tine Winther fra Sædding. Vinderen af den kamp får lov at møde Mia i finalen.

1. omgang der bar præg af fight og aggressivitet fra begge kæmpere. Selma - som er langt mere rutineret - vinder omgangen 3-0.

2. omgang ligner 1. omgang til forveksling. Masser af fight og angreb fra begge piger. Tine bliver på et tidspunkt ramt i hovedet af et doljo chagi, og selv om hun virker rystet, fortsætter hun stædigt med at kæmpe mod den dygtige Rødovre-pige. Selma vinder 3-1.



Selma fortsætter sin sejrskurs i 3. omgang og Tine kan intet stille op. Selma vinder denne omgang 2-0 og vinder dermed kampen total med 8-1. Men flot fightet af Tine der udviste mod og en stærk vilje.

Finalen blev som forventet mellem Selma og Mia. Pigerne har mødtes før, ialt 6 gange og Mia har altid vundet. De mødtes sidst ved SM.

1. omgang bar præg af gensidig respekt. Men dette var ikke ensbetydende af at der ikke skete noget - tværtimod - det var bestemt ingen tam forestilling, men der var ingen af pigerne der fik scoret og omgangen ender 0-0.

Der var kamp til stregen i 2. omgang. Begge piger kæmpede intenst men pointscoren endte i Mia's favør med en føring på 1-0.

3. omgang var spændende med mange flotte angrebsserier. Det lykkedes dog Mia at få scoret flest gange og hun vinder omgangen 3-1.

Total sejr til Mia på 3-1 idet hun havde et helt minuspoint.

Jeannie Christiansen, Junior Damer 53-57 kg

Jeannie Christiansen, Haderslev møder i sin finale Jeanette Meyer fra Rødovre. Det bliver en jævnbyrdig kamp hvilket pointscoren også bekræfter. 1-1 i 1. omgang og 1-1 i 2. omgang. Afgørelsen falder i 3. omgang hvor Jeannie får scoret to gange. En sejr på 4-2 til Haderslev-pigen.

Sunny Cagara, Senior Herrer -54 kg.

Sunny Cagara fra Rødovre møder Birol Uyar fra Fredericia i semifinalen som bliver en meget lige kamp, og det på trods af at de to kæmpere ikke står godt til hinanden. Sunny er lille og hurtig mens Birol er høj og har en lang rækkevidde. Sunny vinder kampen 4-3.

Sunnys finalekamp bliver mod Cüneyt Hamid fra Gladsaxe. Disse to kæmpere står til gengæld godt til hinanden. Finalekampen bliver meget jævnbyrdig - meget taktisk præget og teknisk betonet - og Sunny vinder 1-0.

Karin Schwartz, Senior Damer 59-63 kg.

Finalekampen i denne vægtklasse bliver en gentagelse af JM-finalen, nemlig mellem Karin Schwartz, Esbjerg City og Lisa Jensen, Viby Olympic. Kampen blev præcis sådan som forventet. Rutine og viljen til sejr gav Karin en suveræn sejr på 8-1 samt en flot afslutning på en imponerende karriere. Lisa kæmpede godt og gav ikke på noget tidspunkt op.

Stemningen i hallen var helt fantastisk da kampen var slut. Karin fik et stort knus af Ruth Nissen, hele Esbjerg City lejren var en stor kollage af rød/hvide flag og klapsalverne var ustoppelige.



En stor TAK til Karin for de mange taekwondooplevelser hun har givet os alle de sidste 20 år. Det var en legende

der stoppede sin karriere i dag.

Senior Herrer 78-84 kg

Der var to navne der sprang en i øjenene i denne gruppe, nemlig Zackaria Asidah, Rødovre og Flemming Kuburovic, Gladsaxe. De kæmpede begge to deres semifinaler på samme tid. Flemming mod Torsten Madsen, Aalborg og Zackaria mod Klaus Eisenhardt, Aalborg.

Der er ikke meget at sige om Flemmings kamp. Hans modstander var meget afventende og det han foretog sig bar præg af respekt og Flemming havde af samme årsag svært ved at komme til at score. Sejren gik til Flemming og det var velfortjent.

Zackaria's kamp blev modsat Flemmings en kamp hvor der blev scoret mange point. Zackaria var meget overlegen, men han har jo selvfølgelig også rutinen og desuden er han mere "kold". Zackaria vandt kampen 8-4.

FINALEN - en kamp mange havde ventet på - den endelige styrkeprøve inden OL-kvalifikations kampene langfredag. Mange havde gisnet om, at det blev en tam forestilling, fordi de begge ville spare sig til OL-kampene. Den troede jeg nu ikke på - det mente jeg de begge to var for ærekære til. Og jeg fik ret. Det blev en eksplosiv kamp med masser af dueller og rigtig meget spænding jo længere hen i kampen de to kæmpere kom. Det var tydeligt at ingen af dem ville tabe. Zackaria vandt 1. omgang 3-1. 2. omgang gik til

DM i kamp 1999 - fortsat

Flemming med cifrene 1-0 mens de kæmpede lige op 1-1 i 3. omgang. Flot og spændende kamp - og en velfortjent sejr til Zackaria på 4-3.

Efter medaljeoverrækkelsen blev der uddelt diverse pokaler.

DTF vandrepokaler:

Fighter - Shirwan Hasan, Viby O.
Tekniker - Loi Van le, Viby O.
Fairness - Jesper Roesen, Rødovre
Klub fairness - Holbæk (årspokal)

Esbjerg ejepokaler:

Fighter piger: Sherwin Reyes, Rødovre
Fighter drenge: Kim Grønbæk, Gladsaxe
Fighter juniorer: Lars Philbert, Gladsaxe
Fighter seniorer: Mikkel Kannegaard,
Viby Olympic

En afsluttende bemærkning fra undertegnede i.f.m. dette DM kunne f.eks. være: Jeg så desværre adskillige eksempler på ureglementeret påklædning hos både sekundanter og kæmpere der var på skamlen. Desværre er det hovedsagligt de per-

soner, som burde være et godt eksempel for andre, der bryder reglerne. Her tænker jeg især på landsholdskæmpere og ledere som alle ved hvem er. Jeg finder dette yderst beklageligt - for det ser altså ikke pænt ud. Vi har ikke de regler for at de skal brydes!!!!

Gitte Gregersen
Forbundsredaktør

DM i billeder og tekst



Lørdagens danske mestre



Rødovres Junior Herrer gjorde rent bord
4 guld-, 1 sølv- og 1 bronze-medalje



Rødovre Taekwondo Klub - mest vindende klub ved DM med ialt 28 medaljer



Hyldest til Karin Schwartz

Læserbrev

Vedr. mit læserbrev i Taekwondo bladet nr. 1/99 i marts 1999 om stævnepriser ved teknikstævner.

Jeg fik et svar som jeg ikke helt kan forholde mig til af Brian Felthaus. Der blev svaret. Citat: Ja, det er dyrt at deltage og at dommerne får den største udgift. Det kalder jeg ikke noget svar, Hr. Brian Felthaus. Jeg vil gerne, hvis du vil gøre dit svar lidt mere fyldest. Du må kunne komme med en beskrivelse af, hvordan det hænger sammen. For betaler jeg 160 kr. til et stævne går der ca. 30 kr. til medaljer og pokaler. Det kan ikke være rigtigt at dommerne får de resterende penge, eller hvad?

Knud Ernst
Århus TDK

Kommentarer til læserbrev fra Knud Ernst, Århus i Taekwondo bladet nr. 1/99 vedr. deltagergebyr til teknikstævner.

Der blev spurgt om, hvorfor teknikstævner skal være så dyre.

Svaret fra Brian Felthaus var ikke særlig fyldelstgørende. Det kan ikke være dommerne, der er så dyre i drift. Derfor vil jeg gerne se et regnskab for et af de teknikstævner, der blev afholdt i 1998. Det er vel næppe hemmeligt?

Nicole Linde Jensen
Svendborg Taekwondo Klub

Svar til Knud Ernst.

Der var desværre sket en fejl vedr. mit svar til Knud Ernsts læserbrev i sidste nummer af forbundsbladet, jeg vil derfor gengive mit indlæg.

JA, det er dyrt at deltage i taekwondo-stævner, men det er meget svært at gøre opstillingsgebyret billigere.

Hvis man ser på hvorledes indtægterne og udgifterne fordeler sig, ser man at det er

dommerudgiften der er den største udgiftspost.

Ved danske taekwondo-stævner bestræber forbundet at anvende uddannede dommere, hvilket gør at man ikke altid kan anvende dommere som bor geografisk tæt på det sted hvor stævnet afholdes. Dette bevirker at der ofte er store transportudgifter ved stævnerne, og derved øges deltagergebyret.

Hvis man også ser på antallet af klubber der arrangerer stævner ser man at det er meget få klubber.

Dette skal ses i lyset af, at det ikke er attraktivt at arrangere stævner, idet mange stævner kun lige balancerer eller giver et meget lille overskud.

Det er acceptabelt for en del klubber, men

hvis deltagergebyret nedsættes væsentligt, og det dermed direkte giver underskud, så forsvinder de sidste få klubber der arrangerer stævner.

Vi arbejder dog med en anden form for deltagergebyrer, hvor man betaler et grundgebyr for at deltage i stævnet. Derudover betaler man et mindre gebyr for hver klasse man deltager i. Det vil på den måde ikke blive billigere at deltage i et teknikstævne, hvis man kun deltager i en disciplin, men en del billigere hvis man deltager i flere discipliner, hvilket over halvdelen af deltagerne gør.

Brian Felthaus
Turneringssektionen

Æresdan til 2 udøvere

Svendborg Taekwondo Klub Sejong har fået fordoblet deres antal af sortbælter.

Karl Erik Jensen og Herdis Linde Jensen har modtaget denne udmærkelse af Grandmaster Choi Kyong An.

Karl Erik har ydet et stort stykke arbejde - både i dojangen og udenfor - gennem det meste af klubbens levetid. De sidste 18 år har han fungeret som kasserer og været klubbens faste holdepunkt.

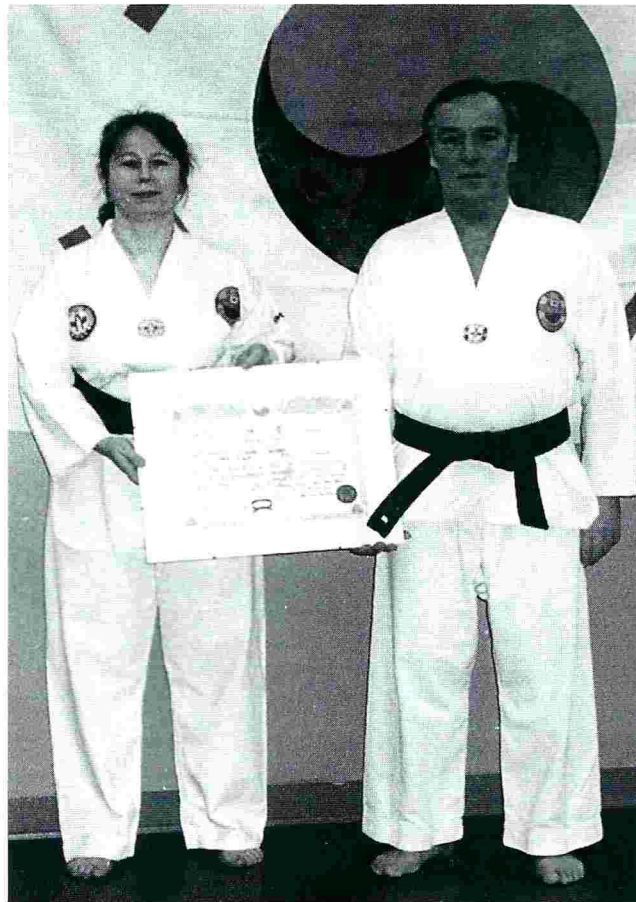
Herdis Linde Jensen startede sammen

med sine børn - klubbens nuværende 2 instruktører og sortbælter.

Hun har de sidste 6 år bestredet posten som formand. Så nu kan ægtemanden da kun føle sig tryk; med 3 sortbælter i huset

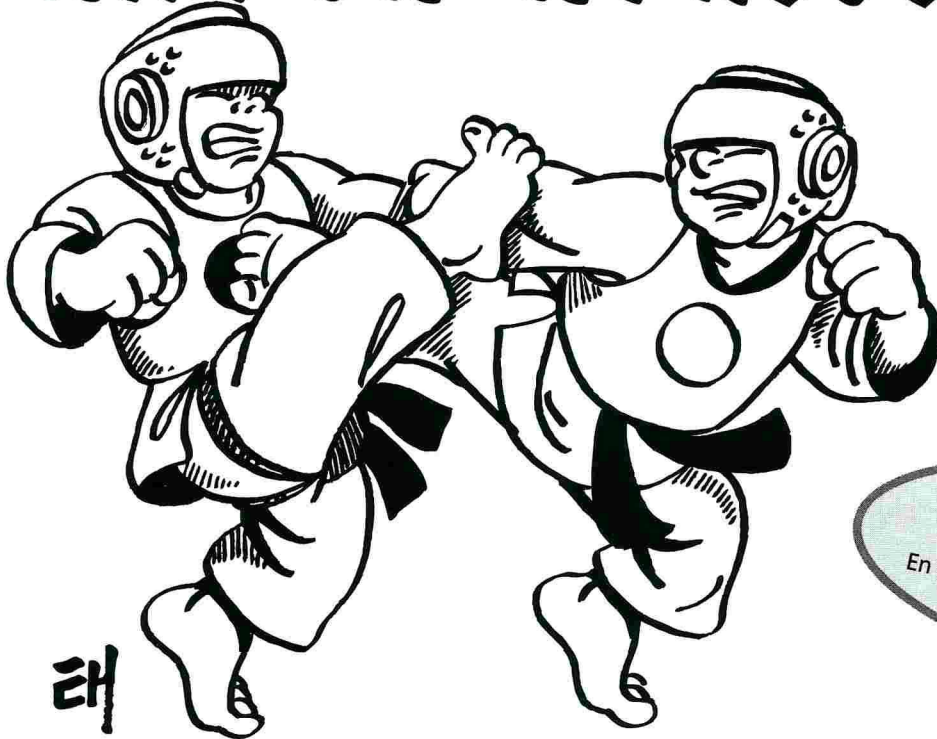
På klubbens vegne vil jeg gerne sige TAK for indsatsen - og: "Keep the good work going".

Nicole Jensen
Svendborg



NIPPON-NYHEDER!

ATAK®



태권도

ATAK® DOBOG ★

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

Denne dobog sælges for Atak® med eneret for Nippon Sport til Danmarks laveste pris.

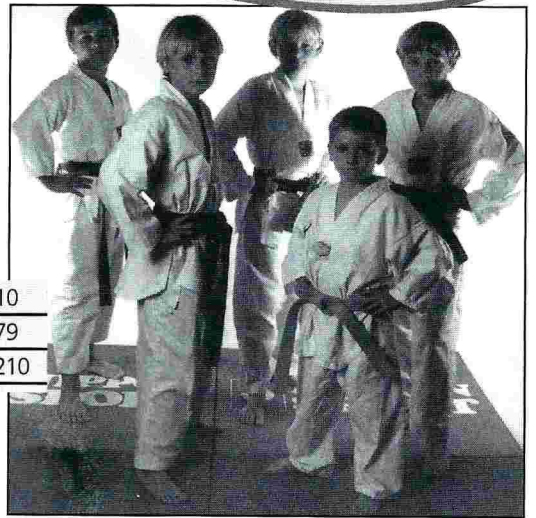
Nippon Sport har et stort program til Taekwondo

og gennemprøvet - fra begynder til elite-niveau.

Siden Nippon Sport var sponsor for Dansk Taekwondo Forbund i 1990 gik udviklingen af vores taekwondoudstyr 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.



STR.:	100	110	120	130	140	150	160	170	180	190	200	210
PRIS:	139	139	139	139	149	149	159	159	169	169	179	179
BESTNR.	14100	14110	14120	14130	14140	14150	14160	14170	14180	14190	14200	14210

TRÆNINGS-UDSTYR

SKRIDTBESKYTTER

str.: S, M, Lkr. 159,-

SKRIDTBESKYTTER

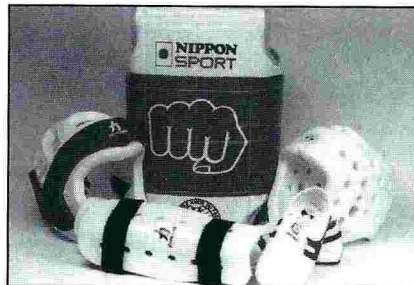
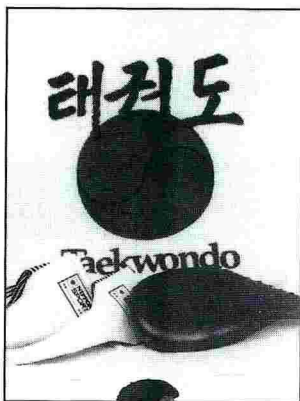
Dame, One-sizekr. 149,-

SLAGPUDE

"Skinke": Singlekr. 149,-

SLAGPUDE

"Skinke": Dobbeltkr. 159,-



KAMP-UDSTYR

KAMPVEST

Str.: XS, S, M, Lkr. 299,-

HOVEDBESKYTTER

Str.: S, M, Lkr. 299,-

SKINNEBENSBEKYTTER

Str.: S, M, Lkr. 179,-

PROSPECS KICKSKO

Str.: 30 - 47kr. 349,-

HOVEDBESKYTTER

"Safe", str.: S, M, Lkr. 399,-



NIPPON® SPORT

Alle priser er incl. moms. Ret til ændringer forbeholdes.

TØJ TIL SPORTSFOLK MED BARE FØDDER

Vesterbrogade 173 • 1800 Frederiksberg C • Tlf. 33 23 13 13 • Døgn-telefonsvarer • Fax: 33 24 01 13
Åbent: Mon.-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

Holland Open i kamp 1999

Denne artikel er udarbejdet i samarbejde med nogle af de kæmpere der deltog i Holland bl.a. Heidi Jepsen fra Esbjerg. På grund af de få oplysninger jeg har fået har jeg valgt at koncentrere mig om medalje-tagerne.

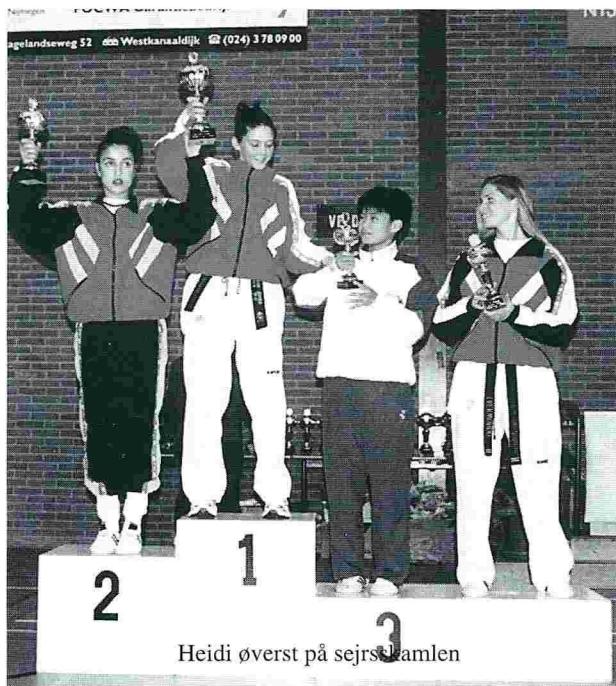
Fredag.

Navn: Jeanett Meyer
Klub: Rødovre
Gruppe: Junior Damer 55-59 kg
Gruppens størrelse: 17 kæmpere

Jeanett vandt sin første kamp over Belgiens Stephanie Degaille. I hendes anden kamp mødte der ikke nogen modstander op, og så var Jeanett i semifinalen. Den tabte hun desværre, men hun havde kæmpet flot i hendes to kampe, og fik en velfortjent 3. plads.

Navn: Heidi Jepsen
Klub: Esbjerg
Gruppe: Junior Damer 52-55 kg
Gruppens størrelse: 21 kæmpere

Heidi mødte den tyske Lena Bernhofer som hun besejrede. I anden kamp var Heidi klar til at møde en pige fra Luxembourg - Kristin Moutschen. Denne kamp førte så Heidi videre til semifinalen. I semifinalen var modstanderen kinesisk - Taipei's Han-Jung Sun. I finalen var Heidi oppe mod endnu en tysker. Det var en spændende og nervepirrende kamp, men sejren kom i hus til Esbjergpigen.



Heidi øverst på sejrscamlen

Lørdag.

Navn: Moussa El-Bahri
Klub: Rødovre
Gruppe Junior Herrer 68-73 kg
Gruppens størrelse: 11 kæmpere

Moussa vandt både sin første og anden kamp, og var dermed i finalen. Det var en meget tændt Moussa der skulle kæmpe mod Theis Oude Luttikhuis som er på det hollandske landshold. Finalen udviklede sig til en utrolig god kamp hvor det var Moussa der havde overblikket. En velfortjent guldmedalje til Moussa.

Navn: Elham Jamal
Klub: Rødovre
Gruppe: Senior Damer 55-59 kg

Gruppens størrelse: 30 kæmpere.

Elham mødte tyskeren Marie Krizan i sin første kamp som hun vandt. De næste to kampe gik lige så forrygende som den første. Så nåede hun semifinalen og her måtte hun se sig slået, men hun kunne tage hjem med en flot 3. plads.

Søndag

Navn: Lise Hjortshøj
Klub: Viby Olympic
Gruppe: Senior Damer 51-55 kg
Gruppens størrelse 32 kæmpere

Lise vandt en flot sejr over en pige fra Østrig i sin første kamp. De to efterfølgende kampe gik også fint - hvor hun bl.a. viste at hun har et godt overblik. I semifinalen mødte hun en dygtig kæmper fra Egypten. Denne havde tidligere på dagen slået klubkammeraten Kristina Jørgensen ud af turneringen. Den egyptiske kæmper besejrede desværre også Lise. Man kan godt sige at Lise "slog igen" senere, men det var på en læge, der havde til hensigt at rykke hendes finger på plads - dette fik han dog ikke lov til. Lise kom derfor hjem til Danmark med en 3. plads og en finger der var gået af led.

Gitte Gregersen
Forbundsredaktør

Træningsideer fra B & U

OPVARMNINGSØVELSER

Parøvelser:

En elev ligger fladt på maven, mens den anden skal forsøge at vende vedkommende om på ryggen. Bagefter skifter man.

Man sidder med ryggen til hinanden. Nu gælder det om at skubbe hinanden ned til modsatte væg.

Eleverne skal prøve at løfte hinanden, således at fødderne slipper gulvet. Den ene

er helt slap mens den anden løfter.

Her er en balanceøvelse. Man står overfor hinanden og holder hinanden i hånden - kun med den ene hånd. Den anden hånd holder fast om anklen på venstre ben. Det går ud på at få modparten til at slippe grebet og sætte foden ned eller til at røre gulvet med hånden ved at trække, skubbe, hive og vride.

Stå overfor hinanden med let bøjede ben. Det går ud på først at klappe sin mod-

stander 10 gange på benet. Kun berøring fra knæet og nedad tæller.

En anden mulighed er "rygmassage". Den ene ligger på maven, mens den anden ligger på ryggen ovenpå. Personen ovenpå massagerer derved med hele sin krop.

Stå parvis overfor hinanden med skulderne samlede. Så gælder det om at presse modstanderen frem - lige som i american football.

Fundament eller ej!!!

Jeg besluttede mig til at gå op til dan-for-træning, efter mange år. Det var et nyt koncept, hvor "bukkene" var skilt fra fårene (nye Højdanggraduering for 4.-6. dan). Et oplæg, hvor det gjaldt at tage stilling til den måde du trænede Taekwondo på. Det viste sig at der også var mange "gamle" gutter med, som man ikke havde set i mange år, men som stadig trænede. Man kunne tydelig se at engagementet ikke fejlede noget, selvom teknikkerne nok ikke var af samme standard som for 15-20 år siden, men det var personer med karisme og personlighed.

Vi fik endda lejlighed til at tale om "gamle dage" og kan du huske dengang..... Et oplæg af karakter som jeg godt som ældre Taekwondo-udøver kan hilse velkommen. Men jeg måtte desværre ændre min opfattelse af de nye ideer af TU.

Den sidste weekend hvor vi skulle afslutte med graduering, startede med at vi skulle lede en træning. Kort sagt vi skulle undervise hinanden. Vi skulle vise vores kunnen som formidler. Her må jeg komme med ros til alle deltagerne. Alle deltog med engagement uanset om det var opvarmning, basistræning eller kamptræning og gav deres bedste. Senere på dagen skulle vi "forsvare" vores opgave som vi havde afleveret til den første træning. Her kunne vi tydeligt se hvor **ens holdninger** vi havde til Taekwondo både til **etik og moral** samt at vi havde nogle forpligtelser som sortbælter og højbælter. Hvordan man opførte sig over for de andre? Dette var yderst interessant og udbytterigt, at der også fandtes andre mennesker i vores forbund, der har samme holdning til Taekwondo som jeg har.

Næste dags morgen, det var dagen hvor den store prøve skulle stå. Master Choi bad mig om en samtale, hvor han fortalte mig hvad han havde oplevet aftenen/natten før. Han fortalte at alle de "inviterede sparringspartnere" (jfr. referat fra Gradueringsseminar 1998 fra TU vil være med til at forestå gradueringen og at de ville sid

de ved gradueringbordet. Vores stormestre havde foreslået at de kunne sidde ved et andet bord, som gæster og se på, men det ville man ikke. Hvad jeg ville gøre i denne sag var min egen beslutning og kun min egen understregede Master Choi. Dette skete 45 minutter før jeg skulle op til graduering. Jeg må indrømme, at mange tanker kørte rundt i hovedet på mig om hvad jeg skulle gøre.

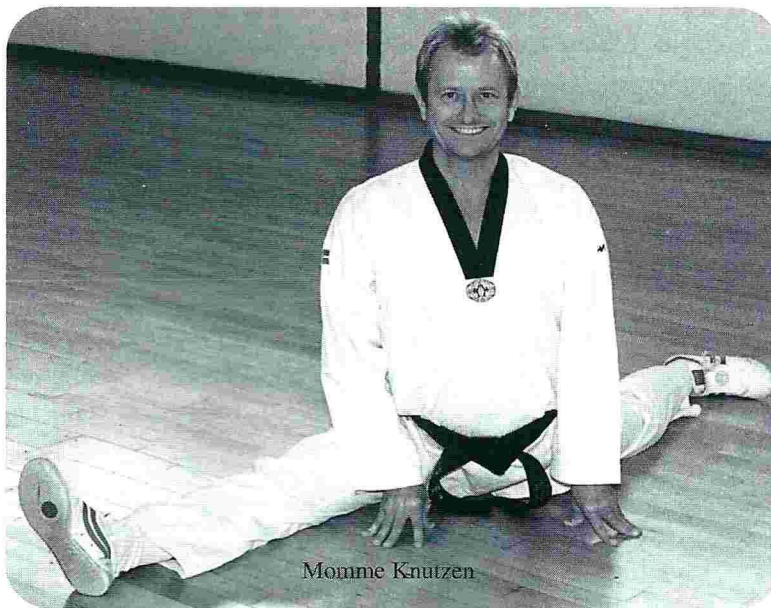
Ved gradueringen kunne jeg konstatere at alle satte sig ved gradueringbordet og jeg måtte bede om ordet.

1998 - gruppearbejde vedr. Højdanggradueringer). Jeg kan ikke se at det har været besluttet på et seminar og det med god grund.

Jeg mener, at dette er en så vigtig grundsten i Taekwondo at jeg måtte reagere. Da jeg inderligt bad de lavere graduerede sensorer om at forlade gradueringen, og da de nægtede, måtte jeg træffe min beslutning og forlade stedet, med de følger der nu måtte komme bagefter. Jeg kan og vil ikke acceptere dette. Det vil svare til at en sundhedsassistent vil kunne eksaminere

en sygeplejerske eller en gymnasieelev skulle kunne eksaminere en universitetsstuderende. Eller hvorfor ikke en rød bælter der graduerer personer til 1. dan.

Jeg tror det er vigtigt, at vi holder fast i grundstenene i Taekwondo. Der er en mening med at vi har et bælte-system, uanset om man kan lide det eller ej. Rokker vi på disse grundsten og ødelægger vores fundament styrter vores hus sammen med de følger der deraf opstår.



I mine 27 år som Taekwondo-elev har jeg lært at respektere vores fundament i Taekwondo og givet dette videre til mine elever, men dette her kunne jeg ikke acceptere. I al min respekt for de personer der sad ved dette gradueringbord som var 4., 5., 7. og 8. danner, mener jeg at det er forkert at en person med en lavere grad kan graduere folk op til en højere grad. Jeg kan acceptere det, hvis det er en person med den samme grad som man skal op til - fordi han er "senior" i systemet.

Jeg har ikke tidligere oplevet, at der er nogen ved de gradueringer jeg tidligere har deltaget i, at dette er sket. Den person af samme eller lavere grad er altid gået ud, for at vise den fornødne respekt.

Man henviste til at dette var blevet besluttet på et gradueringsseminar og at jeg bare kunne diskutere dette senere og ikke unødigt trække gradueringen ud. Jeg måtte dog senere konstatere at dette ikke er korrekt (check referat af Gradueringsseminar

Momme Knutzen 6. Dan
Skanderborg Taekwondo Klub

Læs udtalelse fra Teknisk udvalg (TU) på side 19

Påskelejr - lad os splitte forbundet ad!

Jeg ved ikke, om det var sådan arrangørerne for (hold fast) **TRE** (3) påskelejre tænkte, da de planlagde påskelejre i henholdsvis Slagelse, Solrød og Viby J.

Nu er det selvfølgelig også kun helt tilfældigt, at jeg vidste besked om, at der ville blive afholdt 3 lejre, for i Svendborg fik vi kun indbydelse til de to (?).

Personligt mener jeg, at træningslejre er en rigtig god ide. Det giver alle os taekwondo-udøvere mulighed for at mødes **på tværs af klubberne** og prøve at træne under andre instruktører end dem man er vant til.

Påskelejren er ikke en officiel lejr, og det er måske det, der er problemet?

Det kan i hvert fald undre, at ingen vil stå for den officielle vinterlejr, men til gengæld får vi så tre til påske?

Det er synd at vinterlejren ikke blev til noget.

Det er også synd, at vi alle til påske vil tage på (små) lejre, møde de mennesker vi kendte i forvejen og træne med vores daglige (udmærkede) instruktører.

For de fleste vil følge deres klub og deres mester. Dem, der er frit stillet, de får svært ved at bestemme sig. Der er jo fremragende instruktører på alle lejre.

Der har længet været to påskelejre - det har også været forkert. Jeg kan godt forstå, hvis sjællænderne er trætte af, altid at skulle rejse til Jylland. Derfor må forbundet gå ind og dele ild og vand lige, så vi kan få en rimelig fordeling af lejrene.

Der er jo åbenbart ikke mangel på klubber der har interesse i at arrangere lejre. Der er da tilsyneladende både klubber på Sjælland og Jylland der melder sig!

Nicole Linde Jensen
Svendborg Taekwondo Klub

Påskelejr i Solrød

13 klubber fra hele Danmark, 1 fra Norge og i alt 103 deltagere, 4 forrygende instruktører og sidst men ikke dårligst kun 2 skader, hvoraf den ene var en gammel skade der brød op er opskriften for en virkelig succes - sagt med andre ord påskelejren i Solrød var en bragende succes.

I dagene den 1.-3. april 1999 deltog jeg som både lokalredaktør og holdleder i påskelejren arrangeret af klubberne Solrød og Østerbro i Solrød Idrætscenter.

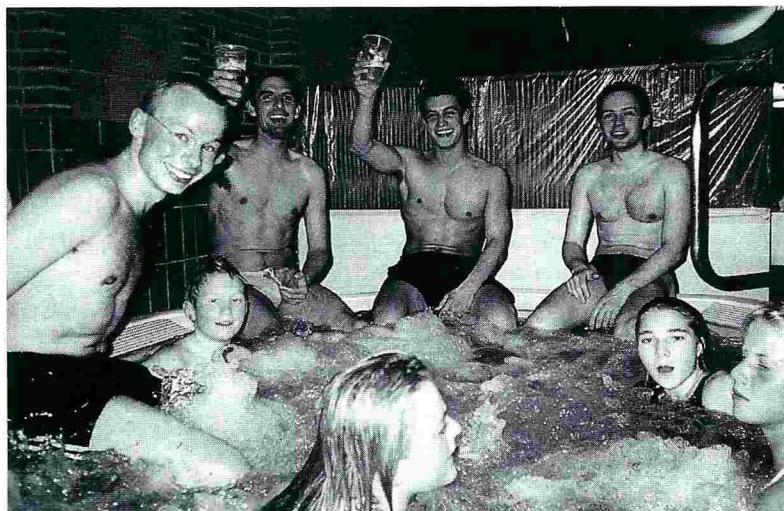
De arrangerende klubber havde lejet hele Solrød Idrætscenter og hertil dele af skolen ved siden af til overnatning, information samt træning. Endvidere havde man lejet hele svømmehallen fredag aften i tidsrummet fra kl. 20.00 - 23.00, hvor børnene virkelig kom op i de voksne og børnene ikke var til at få op af bassinet igen.

Lejren startede med en præsentation af instruktørerne, som var Henrik Frost, Jesper Roesen, Karin Schwartz og ikke mindst tekniklandsholdets træner Do.

Den første af i alt 7 træningspas på lejren var en stor fællestræning, som blev ledet af Karin. Hun formåede, at jage de stakels deltagere op og ned af trapperne i den

store hal til stor morskab for os, der sad på tilskuerpladserne.

Da den første fællestræning var slut kørte træningerne med 1 mere torsdag, 3 om fredagen og 2 om lørdagen, hvor instruktørerne rokerede mellem de hold, som var sammensat efter graduering.



Jeg nåede at overvære en stor del af træningerne og for de 4 børn jeg havde med var det virkelig et friskt pust, at få tingene forklaret på andre måder end til dagligt.

Jeg var imponeret af den måde, som alle 4 instruktører klarede opgaven på, idet de udviste den samme ildhu om det var dansbærrerne eller det var de lave kupgrader de trænede. Den eneste forskel i undervisningen var det pensum der blev gennemgået

og trænet, idet resten ellers var med samme alvor og ikke mindst sjov på alle trin.

Arrangørerne havde tænkt på alt. Der var opstillet nintendospil, fjernsyn m.m. til brug for underholdningen mellem træningerne samt mulighed for massage til rimelige penge. Man blev altid mødt med et smil hvis man havde spørgsmål og jeg vil gerne bringe en tak til Carsten Andersen og Albert Birck som hjalp mig med billeder og andre ting, jeg skulle bruge til denne artikel.

Lejren sluttede lørdag eftermiddag med en stor fællestræning, hvor der blev trænet musikpoomsee - det var nyt for mange af deltagerne. Det var skægt at se med hvilken iver de mindste deltagere udviste. Efter fællestræ-

ningen blev de sat i grupper og så skulle de øve en lille opvisning for alle de andre. Jeg tror det er noget, som mange mindre klubber kunne have glæde af at dyrke som en variation af den daglige træning.

En stor TAK til Solrød og Østerbro Taekwondo Klub - jeg glæder mig til påskelejren i år 2000.

Jan Bechmann
Lokalredaktør for Sjælland

Kommentarer til Momme Knutzens indlæg

Det var ønskeligt at TU/HB havde fået indlægget sendt direkte til kommentering i stedet for som kommentarer til et indlæg i forbundsbladet.

Generelt har vi diskuteret forløbet med de deltagende, og må klart meddele at Mommens brev indholder direkte usandheder, hvilket vi i det efterfølgende kommenterer.

4-5-6 dan gradueringen er **en samlet graduering over 2 weekender** hvor alle discipliner indgår i gradueringen.

Censorerne var udpeget efter aftalerne i. f. m. gradueringsseminarerne.

Sparringspartnerne som omtales i ref. fra seminar 1998 er ikke censorerne, men derimod, "elever", deltagere i gradueringen, ved manglende antal tilmeldte til en graduering.

Ko var 100% enig i DTF's måde at gennemføre gradueringen på, hvilket han klart og tydeligt meddelte Choi.

Choi var alene imod og ville end ikke acceptere, at de øvrige censorer overhovedet var tilstede i salen, men han havde ikke noget imod, at de lavere graduerede, der var oppe til graduering, var tilstede.

Vi havde aftenen forinden foreslået, at vi kun skulle sidde med, men det ville Choi ikke acceptere.

Momme havde rig lejlighed til at checke tingene af med censorerne før den praktiske prøve, men han valgte i stedet at orientere de øvrige graduanter om hans beslutning. Først ved den praktiske prøves start, foran alle, meddelte han, at han ville trække sig. Han respekterede dermed ikke de øvrige tilstedeværendes beslutning, heriblandt Ko, og lever ikke op til de etiske regler, han selv er så stor en fortaler for. Momme bad ikke de øvrige censorer om at forlade salen, men sagde kun, at han ikke kunne acceptere at de var tilstede.

Alt er ikke kommet med i referatet fra gradueringsseminaret, da der på seminaret blev udle-

veret papirer der beskriver den nye gradueringsform i detaljer.

Netop det, at Taekwondo er meget omfattende, og ingen kan dække alle discipliner, har været baggrunden for det nye koncept.

Alle øvrige deltagere har været glade for formen, og tilbagemeldingerne bekræfter, at denne form er et godt fundament for videreudviklingen af Taekwondo.

TU mener, at denne debat hører hjemme blandt Sabum Nim'er og ikke i forbundsbladet, hvor den største læserskare kun kan blive frustreret over et sådant indlæg.

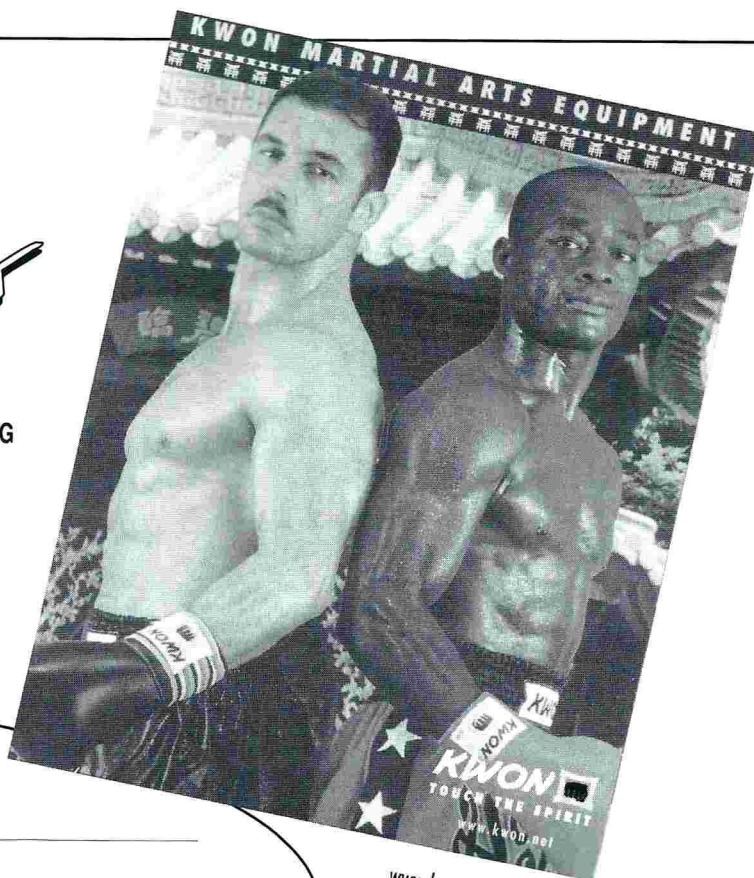
Ved at deltage på gradueringsseminarerne kunne Momme, Choi m.fl. få deres meninger frem i det rette forum og bidrage til en positiv udvikling for alle i forbundet.

Til slut må vi gøre opmærksom på, at sagen ikke er afsluttet, og vil, efter TU's indstilling til HB, få konsekvenser.

Erik H. Meier, TU - DTF



THE REAL GOOD FEELING



www.kwon.net

Danmarks største katalog med Danmarks største udvalg

**Bl. a.
12 forskellige dobog
+ Danmarks billigste
5 forskellige kampveste
3 forskellige godkendte hovedbeskyttere**

**Over 150 sider i farver
Bestil det i dag**

KWON 
TOUCH THE SPIRIT
KWON DANMARK
RUGVANG 59 - 5210 ODENSE NV
TLF. 66 16 13 11 - FAX 66 16 13 33
E-mail: kwon@email.dk

Åbent man- torsdag kl. 16.30 - 18.00

Send katalog til:

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr. By _____

Tlf. _____

Alder _____

OL-udtagelseskamp

Fra Turneringssektionens side havde man i år lagt op til et helt nyt tiltag. Når der fra næste år skal være OL i Sydney er Taekwondo jo på programmet for første gang - officielt i hvert fald - og så skal der jo findes nogle talentfulde mænd og kvinder, der kan forsøge at repræsentere Danmark.

Talentfulde Taekwondo-kæmpere skorter det jo ikke på herhjemme, og netop dette faktum er problemet; hvem af de mange dygtige kæmpere skal man dog vælge frem for de andre?

Vi må ved OL-kvalifikationsstævnerne stille med to af hvert køn, og blandt kvinderne faldt valget på Hanne Poulsen, Rødovre og Laila Halkjær, Viby Olympic. Hos mændene blev Jesper Roesen, Rødovre valgt, mens den sidste plads er ubesat. Der er simpelthen for mange kæmpere der kunne formodes at gøre det godt!

Derfor arrangerede turneringssektionen Langfredag en udtagelsesturnering for de 4 kæmpere, der kunne komme på tale i -80 kg. klassen. Stævnet, der foregik i Slagelse, gik kort fortalt ud på, at alle skulle møde alle, og den med flest vundne kampe, havde kvalificeret sig til de internationale kvalifikationsstævner.

De 4 udtagne kæmpere var:

Zakaria Asidah

26-årig kæmper fra Rødovre

Bæltegrad: 1. dan

Har trænet Taekwondo siden aug. 1992

Kæmper normalt i -84 kg.-klassen

Har været på landsholdet siden maj 1996

Er 4 x Dansk mester

Blev Nordisk mester sidste år

Bedste resultat: Sølv og Bronze v. World Cup i 1997 og 1998

Muhammed Dahmani

23-årig kæmper fra Holbæk

Bæltegrad: 1. dan

Har trænet Taekwondo siden 1987

Kæmper normalt i -72 kg.-klassen

Har været på landsholdet siden nytår

Dansk mester i 1998 - stillede ikke op til DM i år p.g.a. OL-udtagelsen.

Er dobbelt Nordisk mester

Bedste resultat: Finaleplads v. US Open 1999

Flemming Kuburovic

Fra Gladsaxe

Meldte fra i aller-aller-sidste øjeblik

Youssef Lharraki

Fra Gladsaxe

Meldte også fra i aller-aller-sidste øjeblik

Dermed var stævnet fra at være en gyser over 2 timer, ændret til en "knald-eller-fald-kamp" mellem Zakaria og Muhammed! Ærgeligt for både arrangør, tilskuere og ikke mindst de to kæmpere, der først fik det at vide ved vejningen en time før kampen.

Heldigvis var begge kæmpere indstillede på at kæmpe en god kamp - og det blev det såsandeligt også!

Kampen:

1. omgang: Begge kæmpere ville vinde - det



Amir giver Zakaria gode råd

var der overhovedet ikke tvivl om fra kampens start - og de ville begge score point, ikke bare vinde 1-0 på en fejl fra modstanderens side.

Muhammed lagde nok en smule mere aggressivt ud end Zakaria, men han var godt med. Normalt ligger de to kæmpere jo hele 2 vægtklasser fra hinanden, så de har aldrig kæmpet mod hinanden før, og derfor brugte de også 1. omgang til at se hinanden an, hvilket resulterede i **0-0**.

2. omgang: Havde Muhammed lagt hårdest ud i 1. omgang, ja så var det nu Zakaria, der ville vise hvad han kunne. Han gik til den fra omgangens start, og fik scoret kampens første point, men med det samme sparkede Muhammed

igen og der stod 1-1. På et tidspunkt i kampen forholdt de sig begge meget afventende - Muhammed trak dog det længste strå, og udnyttede en lille åbning hos Zakaria. Dermed scorede han omgangens afgørende point

2-1 til Muhammed.

3. omgang: Muhammed udnyttede fra omgangens start, den selvtilid det giver, at være foran. Han lagde ud med at score endnu et point. Men så syntes Zakaria åbenbart det var nok, for med to lynhurtige spark efter hianden, fik han udlignet, og kort tid efter fik han bragt sig foran med endnu 1 point. Nu kom der rigtig gang i kampen; publikum råbte og Hanne Poulsen, der var løber, fik virkelig løbet; hun nåede ikke fra scoreboardet tilbage til tidstagerbordet, førend hun måtte tilbage igen med yderligere et point til tavlen. Kampen var utrolig spændende og seværdig - hele 4 point yderligere måtte Hanne smide på tavlen. En journalist, der var til sin første Taekwondo-kamp nogensinde udtrykte det således; "Nej, hvor er det spændende og hvor er det ærgeligt at der ikke er flere kampe, det gad jeg ellers godt se!". I øvrigt var det en meget fair kæmpet kamp - ikke én eneste advarsel blev det til. Hvis bare alle kæmpere ville kæmpe så rent som disse to! **Resultatet? Tja, Muhammed vandt samlet 6-5.**

Efter kampen:

Det er jo altid interessant at høre hvad kæmperne siger efter en så vigtig kamp.

Muhammed: Jeg er bare så glad!

Zakaria: Meget kan du sige om mig, men jeg er ikke nogen dårlig taber!

(Og nej, det er han i hvert fald ikke - selvom det er dødsærgeligt at tabe, kunne andre lære noget om hvordan man bør opføre sig af Zakaria).

Hvad nu?

Ja, nu skal Hanne, Laila, Jesper og så Muhammed til det internationale OL-kvalifikationstævne i Zagreb i starten af juli måned. Der skal de have medalje for at kvalificere sig til OL. Klarer de ikke det, kan de få endnu en chance ved det europæiske OL-kvalifikationstævne i Stockholm i september, men her er det nødvendigt med en finaleplads, for at komme med til Sydney. Så helt nemt bliver det altså ikke. Men pøj-pøj, kæmpere.

Dorte Sørensen, PR-sektionen

Repræsentantskabsmøde 17.4.99

Jeg havde set frem til dette års repræsentantskabsmøde med stor spænding, da der skulle vælges personer ind i HB, bredde- og eliteidrætsudvalg iflg. den nye struktur. Og fordi en af de ting jeg går meget op i, nemlig §1 og 3 i Kampreglementet, var på dagsordenen. §1 og 3 omhandler sekundanters påklædning, kæmpernes påklædning på medaljeskamlen samt kæmpernes opførsel når de ikke er tilfreds med kampens afgørelse. Noget jeg ser tit når jeg er ude til stævner.

Der var ikke nogen af dagens debatpunkter der udløste længere diskussioner. Det aflyste Foreningslederseminar var oppe at vende - både fra HB og 2 klubber. HB's arbejde med/synliggørelse af strukturen blev også kritiseret - der havde været for lidt kommunikation. Licensen/forsikringen blev drøftet. Der blev spurgt om der foreligger statistikker over antal anmeldte skader samt skadeudbetaling - og dette spørgsmål udløste en mindre drøftelse. Licensen forblev uændret: 85 kr. og 25 kr. til forsikring og samtidig blev det besluttet at HB skal forhandle sig frem til en ny og bedre forsikring med et andet forsikringsselskab.

Kampreglementets § 1 og 3 blev drøftet. Hvem har ansvaret for hvad? Hvornår ligger ansvaret hos stævnelederen, dommerne og klubben der afholder stævnet? Det blev vedtaget, at en sekundant der ikke er korrekt påklædt d.v.s. træningsdragt, sportssko og være uden hovedbeklædning, får 1 minut til at bringe dette i

orden, ellers diskvalificeres kæmperen. De andre to områder blev kun drøftet da der ikke forelå noget forslag til afstemning. Den foreslåede voldsparagraf fra Esbjerg City blev godkendt med et STORT flertal.

Den nye struktur blev vedtaget sidste år og ser kort beskrevet sådan ud: Hovedbestyrelsen består af 5 personer, 1 formand, 1 næstformand som er økonomisk ansvarlig, 1 sekretær samt formanden for henholdsvis breddeidræts- og eliteidrætsudvalget. Derunder figurerer Breddeidrætsudvalget (BIU) med 5 personer incl. formanden samt Eliteidrætsudvalget (EIU) på 3 personer incl. formanden.

Under BIU hører alt der har med bredde at gøre samt turnerings- og dommerarbejde, medens landsholdene hører under EIU. PR, marketing, forbundsblad, sponsorarbejde og web-siden er samlet i Imagegruppen (også kaldet Informationsafd.), der refererer direkte til formanden for hovedbestyrelsen. Personerne i Image-gruppen er udpeget, ikke valgt.

Alex Jensen fra Esbjerg City foreslog at de opstillede holdt en valgtale. Dette blev så gjort, og især Karin skilte sig ud her. Karin talte om at samle forbundet. Det var på tide at komme videre samlet - og dette kan kun ske hvis vi alle gør en indsats og lægger alle stridigheder bag os, her tænkes nok især på "vores stormestre". Karin

ville have nogle tilkendegivelser fra de tilstedeværende klubber, fik hun ikke det, stillede hun ikke op. Hun fik 3. Fra Kolding, Køge og Thommas Holt. En sølle opbakning synes jeg nok - man skulle da tro at det var i alles interesse at vi bliver en samlet enhed!!!! Men heldigvis trak hun ikke sit mandat.

Formand Thommas Holt blev genvalgt. Ny næstformand blev Karin Schwartz - hun afløser Arne Hellum, som ønskede at stoppe. Der var genvalg til Lene Nielsen som sekretær. Søren Holmgaard Knudsen og Torben Madsbøll blev valgt som henholdsvis formand for BIU og EIU. Der blev sagt farvel til de 5 bestyrelsesmedlemmer Mogens Frølich, Kim Thomsen, Kim Lehmann, Jørn R. Hansen og John Hansen.

Der var kampvalg om de 4 ledige pladser i BIU som kom til at bestå af Kim Kristensen, Aalborg - Anders Møller, Nørrebro - Jesper Kristensen, Aalborg og Kim Thomsen, Holstebro.

EIU's medlemspladser gik til Kim Lehmann Sørensen og Freddie Larsen.

Årets leder blev Erling Søndergaard fra Bellinge mens årets udøver blev Hanne Poulsen, Rødovre.

Gitte Gregersen
forbundsredaktør



Kommentarer til Henrik Frost's indlæg

Det er altid rart med gode fremadrettede artikler/holdninger.

Hvor er det dog bare en skam, at Henrik Frost kun laver et indlæg i forbundsbladet.

En 4. dan, tidligere formand for Risskov Taekwondo Klub, gradueringsberettiget og tekniklandsholdsudøver burde vide, at den måde, hvormed der udvikles mest og hurtigst er at henvende sig til rette sted.

Jeg mener bestemt ikke, at Henrik ikke må skrive til Forbundsbladet!

Men, men.....Allerede midt i marts fik alle gradueringsberettigede i Dansk Taekwondo Forbund en forindbydelse til gradue-

ringsseminar i Århus den 8. maj 1999.

På dagsordenen var bl.a. "Taekwondo mod år 2005" - visioner og mål. Da Henrik har fornyet sin gradueringsret fik han med passet en endelig indbydelse, hvor dagsordenen ikke var ændret.

Henriks indlæg ville jo bare have været som skabt til "Taekwondo mod år 2000".

På gradueringsseminarerne har alle gradueringsberettigede mulighed for at deltage. Og i år var der endda 5 danfortrænere (50% af styrken) til stede.

Det jeg prøver at fortælle: "når Henrik og

andre har forslag til, hvordan udviklingen kunne være, hvorfor sender man så ikke sine forslag der, hvor de behandles. I får ikke udviklingen bare ved at skrive en artikel i forbundsbladet. I får måske en debat og så måske lidt frustration blandt os/mig, som er valgt til at udvikle DTF på den mest konstruktive måde".

Så kom igen Henrik!!! Og desuden mangler vi 4 nye danfortrænere!!!

Søren Holmgaard Knudsen
DTF's breddeidrætsudvalg

Belgien Open i teknik 1999

Endnu engang skulle tekniklandsholdet til Belgien, helt præcist fredag morgen d. 16. april kl. 09.30 fra Kolding.

For at deltage i "de belgiske" skal man være et meget tålmodigt menneske, og man skal kunne holde til diverse fysiske prøvelser som feks. sult og dårlige boligforhold. Måske var det derfor, at Morten Høeg (fysioterapeut), Lars Gregersen (holdleder) og Momme Knutzen (alderspræsident) ikke deltog????

Til gengæld havde Henrik Bak Knudsen og Jørn Kempel vovet sig med som dommere, og vi fik selskab af Jessie (det er en mand) og Janaina (pige) fra Frankrig.

Ventetid må være fællesnævner for dette stævne. Jyderne og fynboerne (ja der var faktisk mere end een fynbo med, for Nicole havde sin bror Kim med) måtte vente på bussen fra Rødovre, vi ventede "imstau" på de tyske motorveje, vi ventede på registreringen, og som om det ikke var nok, så måtte vi sultne og udmattede udøvere vente næsten 2 timer på vores aftensmad lørdag aften efter stævnet.

Hele fredagen blev tilbragte i bussen. Der blev lavet lektier: Louise lavede Tubga's matematik, Kim og Kytu ordnede Khoa's opgaver og Jessie skrev Nicoles franske stil. Jørn og Mark tabte for en gangs skyld til pigerne i Trivial Pursuit, og Khoa nåede at spørge alle; om de ikke havde noget

tape. Tape er nemlig Khoa's universal-middel. Uden det, ville hans øretelefoner og kamera ikke have været meget værd.

Langt om længe nåede vi hallen og blev registreret i løbet af 3 kvarter (ca. 2 timer hurtigere end sidste år). Derefter skulle vi finde vores "hotel". Det viste sig at være et vandrehjem, med et toilet til 30 personer. Drengene fik en sovesal - med senge!!! Pigerne blev indlogeret i et værelse med 9 madrasser.

Næste morgen savnede vores kroppe kun een ting: MORTEN!!!

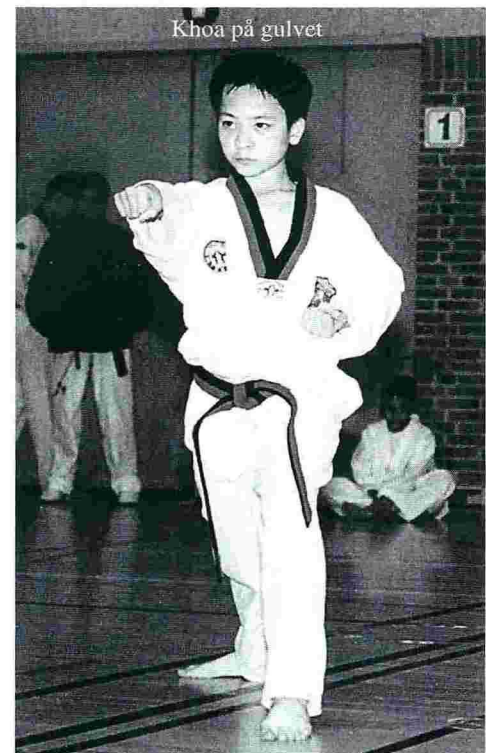
Som om nattens prøvelser (der var vist en, der snorkede inde hos herrerne) ikke var nok, mente personalet også, at vi selv skulle vaske op efter vores morgenmad; "Forget it".

Endelig begyndte stævnet, kun 1/2 time forsinket. Til at starte med troede vi næsten at vi var i Tyrkiet (gjorde dommerne også det?), for tyrkerne stillede med det absolut største hold og blev også mest vindende land.

Første gruppe var Herrer Senior 18-27 år, hvor Kim Drube, Min-Ho og Mark Lee Larsen deltog. Gruppen blev afbrudt inden finalen fordi belgierne lige skulle finde ud af, om der skulle 3 eller 5 i finalen. Det blev 5, så Min-Ho måtte afbryde sin frokost og ind på banen. Det blev "kun til en 5. plads"- men mon ikke han tager re-

vanche ved Åbne Danske d. 15.5.99?

Samtidig var de to juniorgrupper i gang. Med Tubga og Sabine på bane 1, Min-Ho på bane 2 og Khoa og Kim på bane 3 var det rart at have to trænere med til at coach, selvom vi andre også sprang ind, hvis det var nødvendigt. Henrik Frost og KyTu forsøgte at være over det hele.



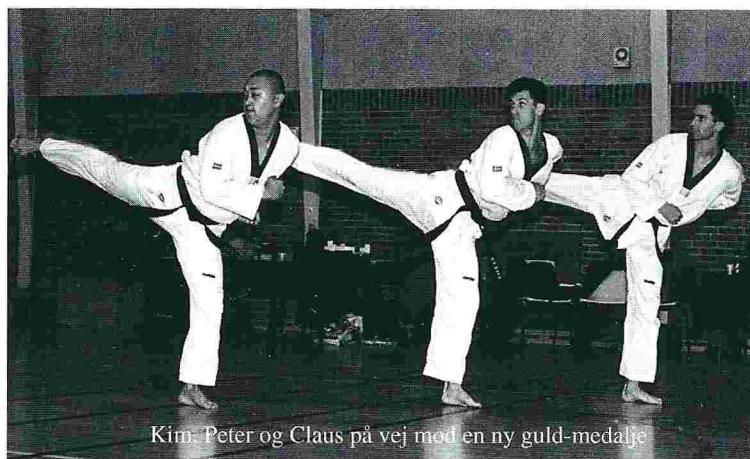
Khoa fik en forrygende debut i Junior herrer 14-17 år. Khoa der lige er fyldt 14 år, vandt nemlig **GULD**.

Belgien Open i teknik - fortsat

I Dame Senior 18-27 år gik alle danskerne videre til semifinalen, men kun Randi kom med i finalen og sluttede på en 5. plads. Den samme placering fik Stina, der havde ladet Preben blive hjemme ved børnene (9 år og 3 mdr.), i gruppen 28-35 år. Til gengæld slog hun den regerende europamester.

Stævnet viste i øvrigt, at Taekwondo er for alle. F.eks. stillede en kvinde op i gruppen over 65 år, og for de tyrkiske piger var det ingen hindring både at bære dobog og tørklæde.

Claus, Kim og Peter fik ingen individuelle medaljer. Men det gør ikke så meget, for de vandt jo **guld** i Herre-synkron. De danske piger tog også revanche i synkron. Nicole, Lene og Louise vandt **bronze** mens Stina, Randi og Jinan tog sig af **guldet**. Kun det tyske hold fik lov at følge



med op på skamlen.

Gad vide om det bliver samme rækkefølge til "Åbne Danske" ?? Personligt håber jeg det ikke.

Den sidste medalje gik til manden, der (som den eneste) fik hele hallens opmærksomhed: Kytu D. Dang. Og selvfølgelig

le vejen?

Tak for en rigtig hyggelig tur, som sædvanlig, trods alle prøvelser. Held og lykke den 15. maj 1999!!!!

Nicole

var den af **guld**. Både Khoa og Kytu deltog således i master-runden, hvor Kytu scorede stævnets eneste 10-tal med taekguk yook-jang.

Hjemrejsen gik lynhurtigt, men det var måske, fordi vi sov he-

Påskelejr i Slagelse

Da vi i Slagelse Taekwondo Klub blev spurgt af Landstræner Ko Tai Jeong om vi var interesseret i at arrangere en påskelejr i 1999, var vi meget betænkelige, da vores sidste arrangement, som var et pulje-talent stævne kun lige løb rundt. Vi regnede lidt på det og meldte tilbage at vi gerne ville afholde lejren, men kun hvis der kom minimum 120 betalende deltagere. Slagelse Taekwondo Klub er som de fleste andre klubber - består hovedsageligt af børn og unge under 18 år - men vi fik heldigvis opbakning fra vores børns forældre.

Onsdag den 31. marts 1999.

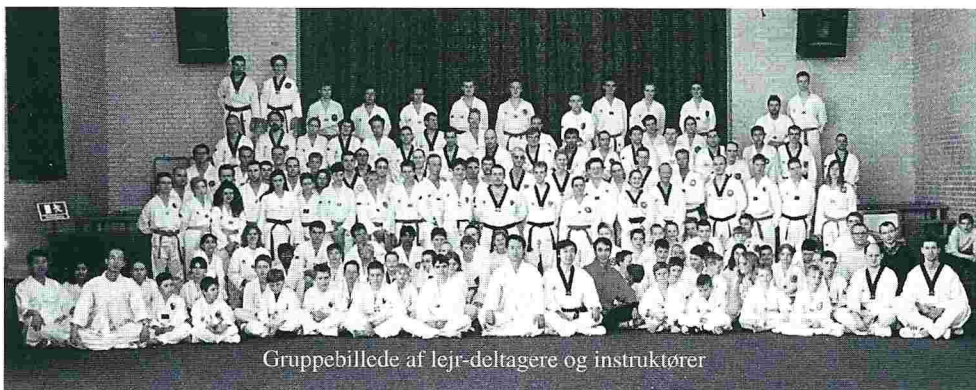
For Slagelse TDK begyndte lejren allerede onsdag eftermiddag hvor de første af de 180 deltagere (incl. klubbens egne medlemmer) dukkede op.

Torsdag den 1. april 1999.

Lejrens første officielle dag. Der var velkomst v. klubformanden kl. 09.30, og i timerne op til, blev brugt til at efterlyse

Lee's kuffert, der var forsvundet i lufthavnen (den dukkede først op lørdag eftermiddag). Ved velkomsten præsenterede formand Morten Andersson de forskellige instruktører:

Jung, Kyung Hwa, Korea, 9. dan
Lee, Kyo-Hong, Spanien, 8. dan
Ko, Tai Jeong, Danmark, 7. dan
Niels Peter, Danmark, 5. dan



Sten Knuth, Danmark, 4. dan

Morten Andersson overrakte en lille gave til instruktørerne, som bestod af en gul (i anledning af påsken) T-shirt med klubbens logo på og en lille forfriskning, som bestod af en flaske chivas regal. Herefter blev der taget det officielle gruppebillede. Kl. 10.00 startede de to første træninger -

sortbæltetræning i den store sal med Jung, Kyung Hwa, 9. dan assisteret af Ko som sammen ledte sortbælterne igennem en omgang utraditionel træning og børnene der blev undervist i de to små sale af Niels Peter og Sten Knuth.

Efter frokost var det så rødbælternes træning der blev gennemført af Lee, Kyo-

Hong. Han er efterhånden en gang på påskelejrene og er både elsket for sin underholdende væremåde og frygtet for sine hårde træninger. Lee havde stadig ikke fået sin Do-bog og fik derfor en sponsoreret af Niels-Peter fra Me Rim Ko.

Senere på eftermiddagen skulle der prøves noget helt andet, nemlig Wing-Tsun. Instruktøren hed David Twilling. Der var stor opbakning blandt alle deltagerne. Det var et sjovt og spændende program, som desværre indeholdt lidt for meget teori omkring Wing-Tsun i stedet for praktiske

Påskelejr i Slagelse - fortsat

øvelser. Dagen sluttede af med en back-gamon-turnering for de voksne og en Tekken-3-turnering (playstation) for de mindre.

Fredag den 2. april 1999

De første hold der var i ilden var alle rød-bælterne samt børnehødet. Rødbælterne blev trænet af vores gæst fra Korea Jung, Kyung Hwa og Ko mens børnene igen blev trænet af Sten Knuth. Træningen med Kyung Hwa Jung var meget traditionel, hvor der blev lagt vægt på Ki og det mentale i Taekwondo.

Om eftermiddagen var der arrangeret et stævne med kæmpere, der skulle udtages til OL i Australien i år 2000. Det blev desværre lidt af et flop, da de kampe, der skulle have været kæmpet blev reduceret til 1 kamp. Men da stævnet hurtigt var overstået fik vi arrangeret en ekstra træning med Lee og Ko om eftermiddagen. Det blev til en af Lee's berømte hårde træninger, hvor man næsten skulle bæres ud af træningssalen, og Lee gentog succesen om aftenen hvor hans træning kun varede en time, men til gengæld tog pusten fra selv den mest udholdelige. Men selv om Lee's træninger er hårde er de også sjove. Og Lee var klar med nogle sjove indslag under træningen. De fleste gik ud over Henrik Bak Knudsen, der tog imod dem med godt humør.

Om aftenen blev der gennemført hockey turnering, hvor der var en kasse kold julebryg på højkant, og den blev vundet af

Varde, der modtog kassen med glæde.

Lørdag den 3. april 1999

Lørdagens træninger begyndte at sætte sine spor hos de mange tapre taekwondo-udøvere, hvilket kunne ses hos eleverne fra Næstved Fysioterapeutskele, der masserede ømme muskler. Træningerne forløb uden de store begebenheder om formiddagen, hvor alle fik mu-

lighed for at røre kroppen inden Jesper D. Jensen overtog træningssalen om eftermiddagen. Jesper underholdt i et par timer om boksekunsten, og der var mange der deltog i den underholdende træning. Vi kan vist alle blive enige om at Jesper ikke har taget skade af den eneste knockout i karrieren, da han er en meget underholdende personlighed.

Mange af deltagerne havde sommerfugle i maven på denne dag, da Ko havde indvilget i at gennemføre en graduering. Men alle åndede lettet op efter gradueringen, da alle bestod.

Me Rim Ko stod for den traditionelle koreanske festmiddag lørdag

aften inden den obligatoriske fest startede. Det var en stor succes, hvor alle fik



Det glædede mig at se at mine egne

elever deltog i træningen med et smil på læben. Hvor ung-

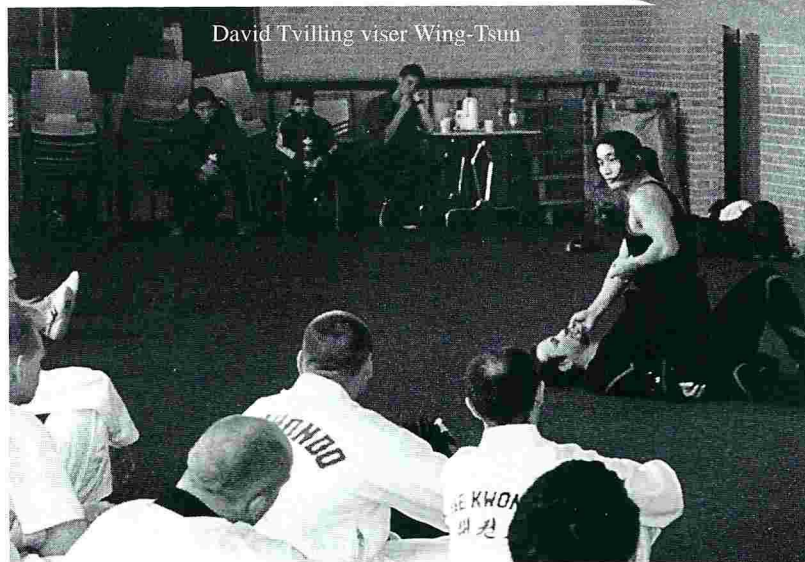
dommen får deres energi fra er mig en gåde. Lejren sluttede lige efter frokost, hvor der var samling i festsalen.

Tak til hjælperne

Jeg vil gerne til slut benytte lejligheden til på vegne af bestyrelsen i Slagelse Taekwondo Klub at takke følgende:

- Udvalget i klubben, der planlagde lejren på bestyrelsens vegne.
- Alle forældre uden, hvis hjælp, der ikke var blevet lavet mad til lejrdelegerne, hvilket viste sig at være en større opgave.
- Klubbens medlemmer og deres pårørende, som gav en hånd med de forskellige opgaver på påskelejren
- Til sidst og ikke mindst en kæmpe TAK til alle lejrdelegerne, som gjorde det spændende, sjovt og uforglemmeligt at gennemføre en påskelejr.

Martin Jeske, Slagelse TKD



David Tvilling viser Wing-Tsun

lighed for at forbedre deres evner til at spise med pinde, hvilket for nogle var deres første gang.

Med lidt forsinkelse gik startsskuddet så til festen. Baren havde lidt begynder-problemer, da alle gerne vil smage på udvalget, men køleanlægget virkede ikke. Problemet blev dog hurtigt løst, og det viste sig at diskoteket havde afbrudt al strømmen i festsalen - undtagen det

Påskelejr i Slagelse - fortsat

Påskelejr-dagbog fra Thisted

Som følge af at dette års påskelejr var henlagt til Slagelse, blev alle vi jyder jo nødt til at hænke op i os selv og tage den lange vej helt til djævleøen.

Vi 3 gæve gutter fra Thisted Taekwondo Klub ankom kl. 21.00 onsdag aften og erfarede at Skagen, Hjørring, Ribe og Ikast også var der. På det tidspunkt var klubberne allerede placeret i forskellige klasseværelser, men vi følte en stor trang til at ændre på denne sammensætning og fik således med lidt overtalelse placeret Ribe, Hjørring, Skagen og os selv i værelse 26 med Ikast lige overfor. Og med den konstellation kunne det da ikke gå helt galt.

Udover taekwondo-træning var der også boksning og Wing-Tsun på programmet. Torsdag eftermiddag stod der Wing-Tsun på programmet med en meget kompetent instruktør ved navn David Tvilling og makker. Det var nyt for os men det fængede os temmelig meget. Wing-Tsun er en af de mange Kung-fu former og består af et helt andet og mere flydende samt hurtigt bevægelsesmønster, i modsætning til Taekwondo der for nogle godt kan virke lidt stift og for gennemskueligt. David gjorde meget ud af at forklare hvor kampsporten går ud på, samt om dens rødder. Vi prøvede nogle forskellige teknikker der næsten alle havde en udgangs-benstilling meget lig vores Anchong joochom seogi, hvilket gjorde det ret så morsomt at se på, men det var en meget god om end anderledes træning. Den eneste streg i regningen var at det kun var for voksne, men alligevel var der mange børn, hvilket gjorde at der kom mange dumme spørgsmål, som kunne have været undgået såfremt arrangørerne havde håndhævet børneforbudet.

Torsdag aften var der Tekken konkurrence. Vi valgte dog at tage til Slagelse midtby for at spille Laser strike. Vi delte os i to hold - danbærere på det ene og kup-bærere på det andet. Selve spillet var ekstremt sjovt, men jeg må desværre krybe til korset og indrømme at kup-bærerne vandt. MEGET SKUFFENDE!!!

Fredag var der arrangeret et kampstævne som led i udtagelsen til OL. Der var sat 4 timer af men da 2 af kæmperne meldte afbud, blev hele arrangementet noget amputeret, og de 2 frem

mødte kæmpere kæmpede en enkelt altafgørende kamp.

Herefter tilbage til skolen for at træne under Sabum nim Ko som ville undervise om eftermiddagen hvis stævnet blev kortet af - troede vi - for ind kom både Ko og Lee. De proklamerede at de ville tage træningen sammen, og så gik det ellers op og ned ad gulvet og rundt i cirkler med alle mulige kombinationer for konditræning

og det tror jeg mange var skuffede over. Jeg kan med sindsro sige at der er langt fra Skagen, Thisted og Hjørring til Slagelse for at træne konditræning - især når man havde regnet med at skulle træne under vores egen stormester. En anden gang bør man måske tilgodese de folk der kommer langvejs fra for at træne lidt tek-



Skagen, Hjørring, Ribe og Thisted samt Lee og Ko

nik under Sabum nim Ko.

Aftenen bød på hockey turnering. Vi, Thisted, betragter os selv som et rimeligt godt hockeyhold og havde derfor meldt os til under navnet "Fried Lice Masters", men da vi skulle være 4 allierede vi os med Lars Besand fra Skagen. Af de tilmeldte hold kunne vi kun se et problem og det var Varde der stillede op med et hold ved navn "Dá Loonies" et navn der passede bedre end man lige ville tro. Efter at have vundet over de to første hold, Slagelse og Esbjerg, nåede vi semifinalen og mødte Varde. Og så gik det galt - vi tabte. Men vi kan trøste os med at vi tabte til det hold der senere vandt turneringen.

Lørdag trænede vi blandt andet under verdensmesteren i boksning Jesper D. Jensen. Det var i og for sig også en omgang kondi- og styrketræning men med nogle andre øvelser og noget anderledes end det vi TKD-udøvere er vant

til. Jesper gjorde meget ud af at fortælle om boksning og hvor vigtigt det er at koncentrere sig når man træner og at det er meget vigtigt at være i god form. Jesper fortalte på en måde der gjorde at det var en sjov træning, hvorimod en taekwondo-træning nemt kan blive for dyster til tider. Vi skal huske at det skal være sjovt at træne og ikke kun træne efter de stive og upersonlige retningslinier som vi tit er underlagt.

Efter dette gik vi fra værelse 26, over i en af de små dojanger for at træne poomse, da det ikke så ud som om at vi ville få ret meget undervisning i dette på lejren. Med os havde vi den nytilt udklækkede 5. dan Kaj Østergaard og Rikke fra Ikast. Så i 1 1/2 time trænede vi poomse og fik lidt teknisk bistand fra Kaj.

Samme aften var der kanon-fest. Men søndag morgen blev vi vækket med den sørgelige nyhed at der i løbet af natten havde været én eller flere personer der ikke havde kunnet opføre sig eksemplarisk. 50 meter loft var sporadisk blevet hevet ned med vilje. Jeg tror de fleste af os skammede os på deres vegne, hvem det så end var, og jeg håber at synderen /synderne vil blive fundet eller tilkendegiver sig, da det ikke hører sammen med den ånd vi alle lægger for dagen.

Skal man give lejren karakter er det nødvendigt at se på træningsplanlægningen, der godt kunne have været en del bedre, så man både tilgodeså kamp- og teknik-folket. Desuden er én fastlagt træning om dagen for lidt. Men ellers var det OK. Et 9-tal vil jeg give. Maden var helt i orden og maden lørdag aften var helt i top, så for dette gives en samlet 11. Tilbage er det sociale aspekt og for dette kan der kun gives et 13-tal. Alle var glade og tilpassede sig 100%. Så en samlet karakter fra undertegnede vil nok være et stort og flot **10-tal** - en karakter som Slagelse kun kan være tilfreds med.

Så på vegne af Thisted Taekwondo Klub vil jeg takke for en god påskelejr og se frem til næste år i Skjern.

Carsten André Pedersen
Thisted TKD

Tekniklandsholdet

Tekniklandsholdet er i fuld gang med forberedelserne til årets stævner og årets højdepunkt EM som afholdes i Kolding i oktober 1999. Der har foreløbigt fundet 3 samlinger sted - 2 i Ballerup og 1 i Risskov og i skrivende stund har de deltaget i et stort internationalt stævne, nemlig Belgien Open som er omtalt i bladet. Danish Open står for døren og er af stor vigtighed for hele landsholdet da EM-truppen skal udtages efter.

Lad mig starte med at præsentere holdet:

Pigerne:

Sabine Krygermeier, Rødovre

Louise Christensen, Risskov

Lene Kjær, Nørrebro

Nicole Linde Jensen, Svendborg

Tubga Solakli, Rødovre

Randi West Hansen, Ballerup

Stina Brædder, Århus (mangler på billedet)

Jinan Al Asadi, Risskov

Herrerne:

Mark Lee Larsen, Skanderborg

Min-Ho-Ahn, Ålborg

Peter Kristensen, Ballerup

ass. landsholdstræner, Henrik Frost

Claus Thomsen, Ballerup

Kim Drube, Herlev

Preben Ernst, Århus

15 år) og der er mulighed for at gøre dem rigtig gode, fordi de er udtaget allerede nu. Khoa (som også kun er 14 år) har allerede vist sit værd, og jeg kan sige uden at rødme og uden at overdrive, at vi i Khoa har en kommende europamester.

På samling nr. 2 i

Risskov i weekenden d. 10.-11.4.99 deltog landsholdet i Master Choís Tournament den 10.4.99. Det havde de allernådigst fået lov til. Deres optræden blev video-filmet og brugt som undervisning på samlingen om søndagen d. 11.4.99.

Parløb danbærere 17 år -

Her var 4 hold tilmeldt og Stina og Preben deltog. Det er første gang Stinna er til stævne siden sin graviditet, så det var spændende at se hvordan hendes form var - hun har dog trænet en del efter fødslen hvilket hendes indsats også bar præg af. Stinna og Preben leverede en flot



Khoa Dang Ngo, Viby

Momme Knutzen (mangler på billedet)

samt rosinen i pølseenden Ky Tu Dang, Rødovre.

De er alle gengangere - lige med undtagelse af de 3 juniorer. Tubga og Sabine er unge (14 og



Herre Senior danbærere 35 år -

2 grupper var slået sammen her fordi der kun var en deltager i hver: Knud Ernst fra gruppen 35-38 år og Momme Knutzen fra gruppen over 39 år. 2 deltagere med over 10 års aldersforskel, og Momme måtte bøje sig fra overmagten, nemlig ungdommen. Knud slog ham med 69,5 total mod Mommies 68,3.

Herre Senior danbærere 18-27 år

Her var tilmeldt 7 deltagere, hvoraf 2 var fra landsholdet, nemlig Mark Lee og Min-Ho. Det blev til en suveræn sejr til Min-Ho som vandt gruppen total 76,0 foran Mark Lee's 73,6 og Peter Rothgardt fra Århus der havde 72,8. En sejr der fortæller meget om Min-Ho's talent.

Synkron Damer danbærere

Der var tilmeldt 3 hold i denne gruppe. De to danske landshold samt et hold fra Risskov. Der var således re-premiere på det ene synkronhold (Hold 2) som bestod af Stinna, Randi og Jinan. Hold 1 bestod af Nicole, Lene og Louise.

Allerede efter 1. runde var Risskov hægtet af kampen om guld. De to danske hold lå til gengæld tæt i kampen. Hold 2 havde 23,6 mens hold 1 havde 23,7 i 1. runde. I 2. runde var der dødt løb idet begge hold fik 24,2. I den 3. og afgørende runde fik hold 1 24,2 mod hold 2's 24,0 og slog altså kollegaerne total med 0,3 point.

Hold 2 har ikke trænet meget sammen endnu - de mangler at finde rytmen og er ind imellem asynkron. Det bliver spændende at følge kampen mellem de to hold frem til EM-udtagelsen.

Dame Senior danbærere 18-27 år

6 udøvere var tilmeldt i denne gruppe. Heraf

han har desuden alderen med sig - han kan nå langt! Den kun 14 årige Khoa havde kun 0,6 point op til vinderen den snart 18 årige Jacob Christensen fra Risskov. Desuden var han en nydelse at se på - han har en naturlig elegance som gør hans teknikker meget stilfulde. Velfortjent sølvmedalje til Khoa.

Tekniklandsholdet - fortsat

var 3 landsholdspiger, nemlig Nicole, Jinan og Randi. Der var også en fransk pige med Janaina Lemoine som Ky Tu havde fået listet ind af bagdøren.



Jinan Al Asadi

I løbet af de 3 runder satte Randi, som sædvanligt, kurs mod guldet. Til gengæld var der kamp til stregen om sølvet mellem Nicole og Jinan og den franske pige pustede dem lige i nakken. Faktisk har Nicole og Jinan aldrig før været så tæt på Randi som de var idag. De 3 landsholdspiger, Janaina og Line Martinsen fra Risskov gik i finalen men på det tidspunkt var det afgjort at Randi ville få guldet og at de to øvrige medaljer ville tilfalde Nicole og Jinan - spørgsmålet var bare hvordan de to medaljer ville blive fordelt. Inden finalen førte Nicole med kun 0,1 point foran Jinan, så intet var afgjort. I finalen satte Nicole punktum for kampen. Hun slog Jinan med 0,6 point. Og så var sølv og bronze fordelt. Jeg kan ikke mindes at Nicole har slået Jinan før.

Dame Senior danbærere 28- 34 år

Der var kun to deltagere i denne gruppe. Hanne Pedersen, Holstebro og Stina. Stina vandt en overbevisende sejr med 70,7 total mod Hannes 65,4. Der er ikke meget at sige til den sejr - pointforskellen siger det hele. Stina var overbevisende. Hanne viser gode taktik men der er lang vej op.

Herre Synkron danbærere

Der var tilmeldt 2 hold. Et fra Risskov og landsholdet. Heller ikke i denne gruppe er der nogen grund til at kommentere forløbet. Pointforskellen siger det hele. Risskov fik total 72,7 mens landsholdet fik 75,1 point.

Herre Senior danbærere 28-34 år

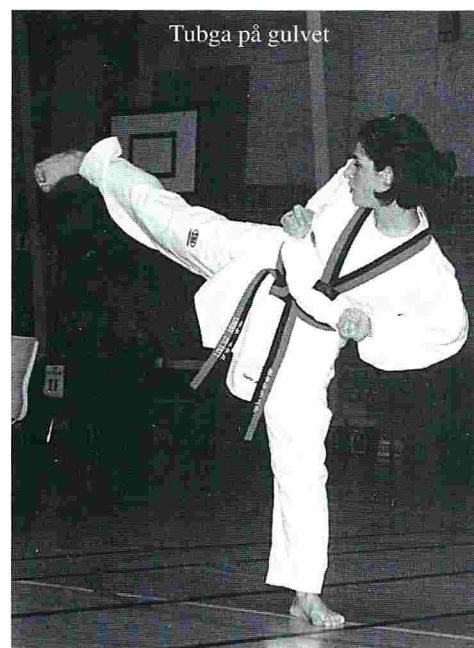
En gruppe med 4 deltagere, hvoraf 3 af dem var fra landsholdet. Preben Ernst, Århus + Peter Kristensen, Ballerup samt den nyoprykkede Claus Thomsen, Ballerup. Det gjorde Claus over al forventning. At blande sig i toppen med de andre to måtte betegnes som en ganske vanskelig opgave, men han pustede dem i nakken igennem alle 3 runder. Pointscoren siger det hele: I 1. runde fik Preben 24,7 - Peter fik 24,6 og Claus fik 24,3. I 2. runde fik Preben 24,7 - Peter fik 24,6 og Claus fik 24,1. I finalen så tallene ligesådan ud. Guld til Preben, sølv til Peter og bronze til Claus som ydede en flot indsats og fik en forrygende debut.

Dame Junior danbærere

3 juniorpiger var der tilmeldt denne gruppe. Jeanette Bukhave, Skive samt de to landsholdspiger Tubga og Sabine.

At de to landsholdspiger er lige en tand bedre viste pointforskellen klart - til gengæld viste pointene også at de to landsholds- og klubkammerater ligger meget tæt. Tubga vandt denne gang - men pigernes statistik viser at de skiftes til at slå hinanden.

Guld til Tubga, sølv til Sabine og bronze til Jeanette.



Tubga på gulvet

En ganske overbevisende indsats af landsholdet. Et hold der viser gode taktik og fremgang. Det bliver spændende at se hvad fremtiden bringer.

Gitte Gregersen
forbundsredaktør

Ballerup 25 år

Ballerup TKD Hwarang startede d. 2.9.74 hvorfor klubben i år kan fejre sit 25 års jubilæum. Klubben afholder derfor et kæmpe jubilæumsarrangement i weekenden d. 4.-5.9.99. Det endelige program er ikke fastsat, men det kommer til at se nogenlunde sådan ud:

Fællestræning lørdag - alle klubber er velkomne til at deltage. Klubbens stormester Shin Boo Young, 8. dan fra Hamburg vil være tilstede. Af øvrige instruktører kan nævnes Dang Dinh Ky Tu, 6. dan og Dang Dinh Ky Thuy, 5. dan som begge startede deres taekwondo-karriere i Ballerup.

Efter fællestræningen vil der være forskellige aktiviteter bl.a. mulighed for at bombardere klubbens instruktører med flødeskumskager. Og sandsynligvis et sodavandsdiskotek for de yngste.

Søndag formiddag vil der være underholdning for offentligheden. Der vil blive afholdt 2 opvisningstræninger. Den ene bliver for aktive sortbælt fra forskellige klubber under Tu og Thuy. Den anden bliver en særlig "VIP-træ-

ning" til ære for klubbens stormester, hvor målet er at samle så mange som muligt af de "gamle" Ballerup-folk. Vi har allerede været i kontakt med flere af de "gamle" som har lovet at finde dobogen frem fra loftet. Målet er at få mindst 100 deltagere til hver af de to opvisningstræninger.

Efterfølgende vil der være forskellige opvisninger med bl.a. tekniklandsholdet. Jubilæumsarrangementet afsluttes med en reception i klubbens lokaler søndag eftermiddag og aften.

Der vil blive udsendt invitationer til alle klubber om 1-2 måneder, når arrangementet er endeligt planlagt. Du kan dog allerede nu sikre at du har tid til at deltage ved at sætte et stort X i kalenderen. Alle er velkomne og vi glæder os til at se jer alle.

Claus Thomsen
Ballerup Taekwondo Klub Hwarang

ADIDAS BENBESKYTTERE
Plast, str. XS-L kr. 190,-



ADIDAS HJELM
str. M-XL kr. 375,-



ADIDAS HÅNDBESKYTTERE
str. S-XL kr. 78,-



ADIDAS SKRIDTBESKYTTERE
Dame el. herre
Plast, str. XS-XL kr. 190,-



ADIDAS VRISTBESKYTTERE
str. S-XL kr. 98,-



ADIDAS KAMPVEST
Vendbar, str. XS-XL kr. 375,-



ADIDAS ARMBESKYTTERE
Plast, str. S-XL kr. 190,-

Me Rim Ko
SPORT

Tordenskjoldsgade 81 · 8200 Århus N.
Tlf. 86 10 17 96 - Bil 20 63 63 85
Fax. 86 10 17 84

FAX din bestilling på 86 10 17 84

HOUSE OF KOREA

한국의 집

Oplev Koreas spændende køkken i ny
koreansk restaurant

HOUSE OF KOREA

V/MEERIM KO · ØSTER FARIMAGSGADE 12 · 2100 KØBENHAVN Ø · Tlf. 35 26 33 35