

SEPTEMBER · 2007

TAEKWONDO

M E D L E M S B L A D F O R D A N S K T A E K W O N D O F O R B U N D



I dette nummer bl.a. · Danske OL-kandidater viste klassen ved stærkt besat WCTT ·

Taekwondo i børnehøjde er en succes · VM i Beijing 2007 · Nyeste teknikregler

DEBAT: Instruktør – med eller uden dobok? · Hjælpetrænerne kommer · En Taekwondofars historie

lederen



af Murad Ahmed, 4. dan, Team Odense · Redaktør



Tillykke med VM

Under det netop overståede VM i Beijing sikrede DTaF sig værtsrollen for det næste Taekwondo VM, der skal afholdes i Danmark i 2009. Efter al sandsynlighed i København. Udover folk fra Dansk Idræts Forbund og samarbejdsorganisationen Wonderful Copenhagen talte den danske VM- delegation også formand Søren H. Knudsen, næstformand Torben S. Hansen og stormester Ko Tai Jeong fra forbundet. Hele gruppen har lagt et kæmpe stykke arbejde i at få VM til Danmark. Lige til det sidste var vi i skarp konkurrence med Azerbaijan, der også havde lagt billet ind. Men godt hjulpet på vej med et flot præsentationsmateriale, og en personlig præsentation af det danske bud fik forbundet altså tildelt VM 2009.

Stort tillykke med det til os alle sammen. Sidst vi afholdt VM var i 1983. Allerede i midten af halvfemserne blev der taget tiltag til at få enten VM eller EM til Danmark igen, men det lykkedes altså først nu.

Der venter forbundet og alle Taekwondoentusiaster, en spændende begivenhed, der dog samtidig kræver en arbejdsindsats af rigtig mange.

Organisationskomitéen bliver endeligt nedsat inden alt for længe, men ellers får DTaF brug for rigtig mange hænder til selve afviklingen. Frem mod VM bliver det nærmere fastlagt, hvor mange der skal bruges og, hvilke arbejdsopgaver der skal besættes. Jeg vil opfordre alle, der har lysten og tiden til at melde sig når tiden nærmer sig.

Men endnu en gang tillykke herfra til os alle sammen.

Murad Ahmed
Redaktør

PS. Deadline for næste blad er allerede 15. oktober.

Derfor må I meget gerne begynde at sende indlæg, artikler og billeder ind allerede nu på: muradahmed@hotmail.com.

"Julenummeret" udkommer i starten af november.

NIPPON-NYHEDER! **Atak**®



태권도

ATAK® DOBOG ★

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

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

STR.:	100	110	120	130	140	150	160	170	180	190	200	210
PRIS:	169	179	189	199	209	219	229	239	249	259	269	289
BESTNR.	14100	14110	14120	14130	14140	14150	14160	14170	14180	14190	14200	14210

Nippon Sport har et stort program til Taekwondo og gennemprøvet - fra begynder til elite-niveau.

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.



TRÆNINGS-UDSTYR

SKRIDTBESKYTTER

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

SKRIDTBESKYTTER

Danne, One-sizekr. 149,-

SLAGPUDE

"Skinke": Single.....kr. 169,-

SLAGPUDE

"Skinke": Dobbeltkr. 199,-



KAMP-UDSTYR

KAMPVEST

Str.: XS, S, M, L.....kr. 349,-

HOVEDBESKYTTER

Str.: S, M, L.....kr. 399,-

SKINNEBENSBEKYTTER

Str.: S, M, Lfra kr. 109,-

PROSPECS KICKSKO

Str.: 30 - 47.....kr. 399,-



NIPPON®
SPORT

TØJ TIL SPORTSFOLK MED BARE FØDDER

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

Vesterbrogade 173 • 1800 Frederiksberg C • Tlf. 33 23 13 13 • Døgn-telefonvarer • Fax: 33 24 01 13
Åbent: Man.-fre.: 10 - 17.30 • Lørdag: 10 - 13 • 200 m fra Vallby Bakke • Bus nr. 6, 18, 27 og 28 - næsten lige til døren.

Rekvirer vort nye store katalog



Indhold

Danske OL-kandidater viste klassen ved stærkt besat WCTT 6

Taekwondo i børnehøjde er en succes 8

VM i Beijing 2007 10

Nyeste teknikregler 12

Tillykke til Lyngbys nye danbærere! 16

SYNSPUNKT: Tillykke med VM – eller hvad? 18

DEBAT: Instruktør – med eller uden dobok? 20

DEBAT: Hvad driver en leder i Taekwondo sporten? 22

Hjælpetrænerne kommer 24

En Taekwondofars historie 26

Medlem af:
Danmarks Idrætsforbund
Europæisk taekwondo Union
World Taekwondo Federation

Redaktør:
Murad Ahmed
Langelinie 98
5230 Odense M
Tlf. 28 23 72 12
muradahmed@hotmail.com

DTaF's sekretariat
Haulundvej 9, Postboks 9
6870 Ølgod
Tlf. 75 24 62 50
Fax 75 24 62 51
sekretariatet@taekwondo.dk
Telefontider: tirs. og tors. 15-18

Redaktøren påtager sig intet ansvar for manuskripter, fotos og tegninger der indsendes uopfordret. meninger trykt i artikler o.lign. er forfatterens egne og kan ikke tages til indtægt for forbundets eller bladets holdninger. Indlæg hvor forfatteren ønsker at være anonym accepteres ikke. Redaktøren har ret til at forkorte eller udelade stof pga. pladsmangel. Indlæg til bladet bedes indsendt pr. mail, diskette, cd-rom med navn og telefonnummer og må max fylde 2 A4 sider. Ved fotos bedes fotografens navn oplyst.

Design og layout:
Carina Krusaa, tlf. 28 70 27 80

Repro og tryk: Delta grafisk AS
Viborgvej 159A, Postboks 1299
8210 Århus V

Forside: Modelfoto · Photos.com

KOLLEKON

BUDO SPORT

**Budo-Sport Godthåbsvej 142, 2000 Frederiksberg
tlf. 3819 7393**

***Besøg vores velassorteret speciel forretning med alt
udstyr til Taekwondo og få en faglig betjening***

Se bla. Vores Taekwondo de-luxe dragt

Spar op til 50 % på din nye dragt



Beskrivelse:

***Super lækker taekwondo dragt i den populære koreanske
stofstruktur , med ekstra længde i jakke og kile i hele buksens længde og
elastik i livet. Dragten er uden synlige reklamer.
Leveres med eller uden TAEKWONDO på ryg.
Leveres med hvid krave og komplet m/hvidt bælte.***

www.budosport.dk

Køb online, betal med DANKORT og modtag dine varer inden 2 dage eller bestil på 3819 7393
Tilbudet gælder frem til næste forbundsblad

Danske OL-kandidater viste klassen ved stærkt besat WCTT

Små 350 kæmpere deltog i Wonderful Copenhagen Taekwondo Tournament lørdag den 18. august. Niveauet på stævnet var det højeste igennem mange år, og det kunne ses på resultaterne. Således vandt de danske kæmpere ikke i nært samme omfang som vanligt.

Af Murad Ahmed, redaktør

De 2 danske OL-kandidater Philip Reyes og Cüneyt Hamid viste at de er klar til OL-kvalifikations stævnet i Manchester i september. Begge vandt deres klasse overbevisende, men ellers skulle man kigge langt efter danske vindere ved WCTT i seniorklasserne.

I holdkonkurrencen vandt det svenske landshold med 103 point foran Mudo Furuset – N med 73 point og med Nørrebro på tredjepladsen med 57 point.

Senior vinderne ved årets Wonderful Copenhagen Taekwondo Tournament i Valby Hallen:

HERRER:

- 54 kg: Surachet Singsorn, Rødovre - DK
- 58 kg: Philip Reyes, Rødovre - DK
- 62 kg: Shiraz Mohammed, Mudo Furuset - N
- 67 kg: Cüneyt Hamid, Gladsaxe - DK
- 72 kg: Jozef Coremans, Nat. Team Belgien
- 78 kg: Robert Honningsdalens, Grorud - N
- 84 kg: Anders Karlsen, Rødovre - DK
- +84 kg: Ken Holter, Team ØRBS - N

DAMER:

- 51 kg: Hanna Zajc, Nat. Team Sverige
- 55 kg: Thale Løvaas, Nesttun - N
- 59 kg: Elin Johansson, Nat. Team Sverige
- 63 kg: Sanne Jensen, Skanderborg - DK
- 67 kg: Mona Solheim, Nat. Team Norge
- +72 kg: Rachel Wilson, Nat. Team Sverige

* Finansiering: udbetaling på 25%. Åop 6,91 løbetid 108 mdr. Ekskl. lev. 3.500,-, moms og metallak. CO2-udslip 127 g/km. Brændstofforbrug v.bl. kørsel 19,2 km/l. Prisen er inkl. alle afgifter, bidrag, gebyrer mv.



Over 18 år? få en ny Chevrolet inkl. 3 års fuld kaskoforsikring til Kr. 995,-* pr. mdr.

Ny Matiz 0,8 S for kun 995,- kr. pr. mdr. med fuld kasko uanset alder, bopæl og antal år uden skader, gældende i 3 år med en selvrisko på bare 4242,- kroner. Derudover får du bl.a. el-drevne sideruder, centrallås, splitbagsæde, servostyring, fire airbags og en praktisk posekrog – alt sammen til bare 108.095 kroner. Uden forsikring koster Matiz fra 99.995 kroner.

AUTO | NORDEN

biler til alle

Chevrolet your drive

AMAGER - Englandsvej 391-393 - 2770 Kastrup - Tlf: 32 47 60 00 www.autonorden.dk



Taekwondo i medierne: Nedenstående artikel blev bragt i april måned 2007 i DIF bladet "Idrætsliv". Artiklen er blevet bragt med tilladelse fra DIF.

Taekwondo i børnehøjde er en succes



Mange forbund drømmer om tilgang og fastholdelse af unge medlemmer. I taekwondo-sporten har man fundet nøglen.

Af Jacob Bech Andersen

En lang række danske taekwondoklubber har i det forgange år i samarbejde med Dansk Taekwondo Forbund og DIF arbejdet målrettet på at gøre sporten endnu mere attraktiv for børn.

Under projekt 'Den gode taekwondo-klub for børn', som er en videreudvikling af DIF-konceptet 'Godt idrætsmiljø for børn' har man kigget specifikt på, hvad der får de helt unge kæmpere til ikke bare at melde sig ind i en taekwondoklub, men frem for alt også, hvad der får dem til at blive i foreningen mange år frem i tiden.

Og allerede nu begynder satsningen at bære frugt. Klubber over hele landet melder om markant fremgang på børnefronten.

Et af de største scoop ved charmeoffensiven for de unge er indførelsen af det såkaldte mon-bæltssystem, som giver mulighed for, at selv helt unge kæmpere kan erhverve sig bæltet, som er i overensstemmelse med deres faktiske kunnen.

"Det har givet trænerne et helt unikt redskab til at motivere ungerne, og ikke mindst har børnene nu selv en konstant udfordring, som motiverer dem helt vildt", udtaler den tidligere topkæmper Karin Schwartz fra Esbjerg City Taekwondo Klub.





VM i Beijing 2007

I maj måned deltog det danske landshold ved VM i Beijing. Læs alt om resultaterne på www.taekwondo.dk.

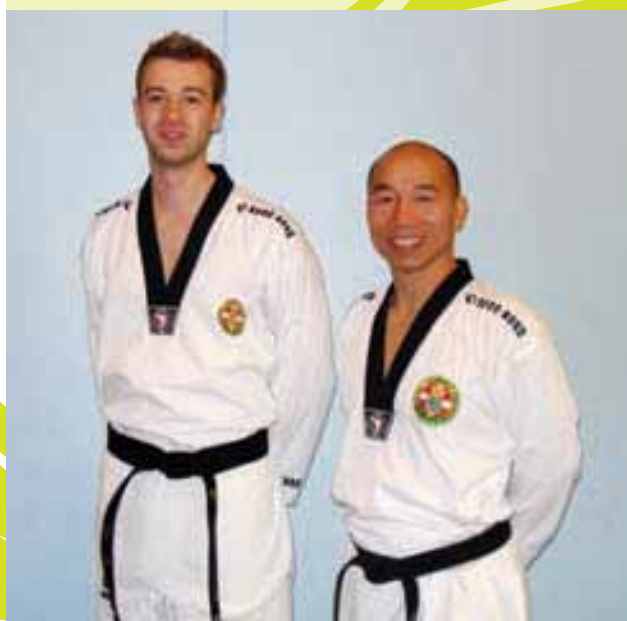




VM Beijing 2007



Nyeste teknikregler



Efterhånden er reglerne for teknikstævner lavet om en del gange. Både udøvere og dommere har svært ved at følge med. En weekend i maj deltog dommerne Per Fly Hansen og Christian Flindt i tekniklandsholdets samling i Vejle for at mærke reglerne på egen krop.

Af Christian Flindt, 4. dan og B-dommer.

Anledningen var, at master Ky Tu Dang, havde deltaget i et træner-seminar i Spanien, hvor WTF's regler frem mod dette års VM, blev gennemgået, i den mest opdaterede version, mulig.

Seminarets instruktør var Koreas landstræner. Tu, havde derfor ved denne samling mulighed for, at rette ind efter den linie der ligger i WTF, lige nu!

teknikregler

REGLER IND PÅ KROPPEN

Derfor var dommerne inviteret til denne landsholdssamling, for at kunne få den nyeste udvikling fra WTF. Ikke bare på skrift, eller overleveret mundtligt, men ind på kroppen!

Per Fly Hansen deltog i samlingen lørdag, mens undertegnede deltog søndag. Vi er begge enige så langt, at vi fik en hel masse ud af at deltage. Ikke mindst fordi samlingen ligger lige op til Åbne DM, hvor bl.a. Tyskland deltager/deltog. Og så er det godt at være på forkant med hvad vi kan forvente, da Tyskland følger godt med i WTF også!

SAMARBEJDE PÅ TVÆRS

Det er fantastisk positivt, at et samarbejde kan lade sig

gøre lidt på tværs i forbundet. Det er ikke, så vidt jeg erindrer, før sket, at dommerne har deltaget i træningen ved landsholdets samlinger. Ros til landstræner og assistent, Nicole Linde Jensen og Mark Lee Larsen, for at sige god for samarbejdet!

KLUMPE DUMPER

Det kan jo godt forstyrre lidt, at have et par klumpe-dumper stående i hjørnet og ikke være helt med på hvordan det hele skal se ud!

Tu havde, for mit vedkommende, dog masser af tid til at hjælpe og det var rigtig godt at "fange tråden" i det, der er WTF's linie nu. Tak for det Tu!

Ligeledes tak til landsholdet, for en god modtagelse!

TAEKWONDO



TAEKWONDO BOG 1 ÅRETS JULEGAVE !!!

Danmarks mest benyttede
Taekwondobog i den
5. reviderede udgave.
Bogen er nu solgt i over 5500 ex.

Bogen indeholder al teori,
historie, alle taegeuk og meget
andet taekwondo fagligt stof.
Bogen er et "must" for alle !!!

Bogen kan købes gennem udvalgte
klubber, gennem boghandlere samt
hos CH Trade, Budo Sport og enkelte
andre kampsportsbutikker.

Vedl. Udsalgspris kr. 299,00

Taekwondo bind 1: 235 sider indb.
ISBN 87-981803-3-9



Budo-Nord kampvest
Vendbar rød/blå
Opfylder WTF's krav
kr. 399,00



Fighter Tandbeskytter
Xlar og hvid er godkendt til kamp.
Str: junior/senior
kr. 32,00

Budo-Nord hjelm
vælg mellem
farverne hvid, blå
og rød i str. S-XL
kr. 369,00



Udstyr godkendt af DTaF til kampstævner



Budo-Nord Olymp
- arm-, ben- og vristbeskyttere
Anatomisk udformet med dobbelt
polstring på udsatte områder.
Fås i hvid.

Underarm
str. XS-L - kr. 169,00

Skinneben
str. XS-L - kr. 209,00

Vrist og skinneben
str. XS-L - kr. 229,00



Budo-Nord arm- og vristbeskyttere
• Armbeskytter med forbojet fyld.
Beskytter også albuen. Fås i XS-L
kr. 99,00

• Elastisk støtte for foden med
beskytter for vrsten. Fås i hvid,
one size
kr. 89,00
- kun til begynderstævner



NYHED

Budo-Nord handske
Hvid Tekwondo handske til kamp.
Skåner knoerne ved slag på kampvest.
Fås i hvid i str. S-XL
kr. 199,00
- Ikke udstyrskrav til kampstævner



Budo-Nord sportsstop
Lækker sportsstop. Ryggens meshstof gør den
behagelig at træne i. Kan bruges med og uden
brystbeskyttere. Fås i hvid i str. XS-XL
kr. 329,00

Budo-Nord brystbeskyttere
• helstøbt, A-D skål - kr. 129,00
• enkelt skåle, A/B skål - kr. 79,00
- Ikke udstyrskrav til kampstævner



NYHED

Budo-Nord 'Kita budo'
Praktisk rygsæk med
mange detaljer. Vatteret
ryg og skulderrem, rekkeler
for og bag. En taske i
top kvaliteten.
Mål: 52 x 34 x 19 cm
kr. 289,00

Budo-Nord sko - Stinger
Ny model i pu-skind
uden snørrebånd.
Str. 30-46
kr. 249,00

Sportstape
med god klæbeevne
• standard, kr. 28,00
• professionel, kr. 30,00



Fighter sparkepude
Sparkepude med
god støddæmpning.
Håndtag bagpå som
giver mange forskel-
lige træningsmulig-
heder.
Mål: 58 x 30 x 15 cm.
kr. 399,00



Fighter Tube 30
Ufyldt sandsæk i kraftigt
PVC. Leveres komplet med
remme. Fyldes med tøjrester,
håndklæder mm.
Mål: 90 x 35 cm.
kr. 249,00

Fås også med fyld - kik efter
Tube 40/50 i webshoppen.



Fighter slåpude
Let pude til hånd
med god stopning.
Velcro lukning på
bagside.
Mål: 25 x 20 x 6 cm.
kr. 119,00



Budo-Nord sko - Olymp
Skø i lærred. Str. 32-46
Tilbud kr. 199,00

Budo-Nord sparkepude
• Skinke, enkel kr. 169,00
• skinke, dobbel kr. 229,00



Ispray
Anvendes som
smertelindring.
400 ml, kr. 49,00



NYHED



Fighter sweatshirt m/hætte
Sweatshirt i topkvalitet med stor lomme foran. Materialet er 80% bomuld og 20% polyester. Fås i farverne orange og kongebå. Fighter trykt foran. Fås i str. S-XL. Pris kr. 399,00



Budo-Nord sweatshirt
Sort sweatshirt med hætte. Stor lomme foran og med Budo-Nord broderet på bryst og hætte. Fås i str. XS-XXL. kr. 499,00



NYHED

Budo-Nord T-shirt
Med tryk på bryst og ryg som vist. Fås i orange i str. XS-XL. kr. 125,00



Koreansk flag
Mål: ca. 160 x 84 cm. kr. 165,00



NYHED

DVD med Ky-Ty Dang
2 stk. undervisningsfilm. Vælg mellem:
• Poomsee 1-9
• Taeguk 1-8

Intropris kr. 199,00 pr. stk.



Budo-Nord taske

Rummelig og praktisk kvalitetstaske. Et stort rum og to mindre. Det store rum har dobbelt lynlås og bred åbning. Forstærket bund som beskytter mod fugt. Leveres med skulderrem. Fås med brodering i sort og blå. Mål: 70 x 33 x 35 cm. kr. 269,00



Rygsæk med broderet motiv
vælg mellem Budo-Nord, Taegeuk Lion og High Kick.



Stort rum og to mindre foran, som lukkes med lynlås samt en lomme i hver side med plads til fx en drikkedunk. Mål: 52 x 34 x 19 cm. kr. 169,00

Budo-Nord bæltter

- mon-bælte kr. 50,00
- kup-bælte kr. 45,00
- poom-bælte kr. 80,00
- dan-bælte kr. 119,00
- ekstra bredt - sort/rødt 260-320 cm - bredde 5 1/2 cm - uden brodering kr. 100,00 - med brodering kr. 119,00
- bælte incl. brodering kr. 450,00
Tækt efter ønske - fx navn i den ene ende og klubnavn i den anden. Brodering på dansk og/eller koreansk.
Bæltter på ca. 5 cm, 5 1/2 cm eller almindelige bælte i alle farver - poombælte er 4 1/2 cm.
Bestilling kun via chtrade@email.dk



Nunchaku
tre forskellige modeller - alle med blødt gummi-greb
• Uden motiv med snor kr. 89,00
• Dragemotiv med snor kr. 109,00
• Dragemotiv med kæde kr. 139,00



Broderet stofmærke eller nøglering, pr. stk. kr. 25,00



Strækhjælper
Enkelt og effektivt hjælpemiddel til benstræk. kr. 249,00



Tøjdyr
• Lille abe kr. 30,00
• Peter Plys kr. 60,00
• Løve kr. 70,00
• Stor abe kr. 80,00



Kvalitetsudstyr fra Budo-Nord

CH Trade er officiel Budo-Nord og Fighter-forhandler
Gl. Hastrupvej 3 • 4600 Køge • chtrade@email.dk
Besøg CH Trades webshop på www.budo-nord.dk
direkte 2145 8756 ml. kl. 9 og 21



Tillykke til Lyngbys nye danbærere!

Lyngby taekwondo klub vil gerne ønske klubbens nye danbærere tillykke. Følgende elever har været til dan-graduering hos Grand Master Cho Woon Sup i Norge:

Af Allan Ancher, cheftrener

- 4. dan Allan Ancher
- 2. dan Camilla Christensen
- 2. dan Christopher Christensen
- 1. dan Rene Beckman
- 1. dan Victor Billeschou Brask
- 1. dan Christian Hvid
- 1. dan Rasmus Hvid

Endelig var nedenstående to elever til graduering sidste år:

- 2.dan Imad Malik
- 1.dan Michael Østergaard

På vegne af Lyngby Taekwondo Klub: Tillykke!



FIGHTER

Skrevet af danskere, om danskere, for danskere!

Fokus ligger på de danske profiler og hvad der rører sig i det danske kampsportsmiljø.

Vi dækker bredt, med artikler om alle landets stilarter: Taekwondo, Karate, Jiu-Jitsu, Kung Fu og meget meget mere.

Bladet er fyldt med lækre billeder og skarpe artikler.

Bliv abonnent nu for kun kroner 129,- årligt!

Kontakt redaktionen på info@fightermag.dk eller 60141287

Husk at tjekke vores website for alle de hotteste nyheder fra den danske kampsportsverden:

www.FIGHTERMAG.DK

SUPER TILBUD!

PAKKE MED KAMPUDSTYR:

Kampvest, Hjelm, Arm og benbeskyttere, Tandbeskytter og Taske

Normalpris kr. 1.299,00 - SPAR 500,00

KUN kr. **799,-**



BESTIL PÅ
MRK-SPORT.DK

Adidas Elite Dobok

Supergod begynder dragt.

Leveres inkl. Hvidt bælte

Str. 130,140,150

299,-

Str. 160, 170, 180,

190, 200

399,-

**MRK
SPORT**
WWW.MRK-SPORT.DK

Synspunkt

Tillykke med VM – eller hvad?

Så får vi endnu et VM i kamp til Danmark, 26 år efter det sidst afholdte i 1983. En stor og flot indsats har båret frugt, og et tillykke til de involverede i forbundet og måske også tillykke til alle DTaF's medlemmer?

Af Henrik Frost, Østerbro Taekwondo Klub

Når jeg siger måske, er det fordi udviklingen i Taekwondo (Tkd) på verdensplan og i Danmark siden 1983 efter min mening er kommet ud på et skråplan. Vi har nu fået en kæmpe mulighed for igen at sætte dansk Taekwondo på dagsordenen herhjemme, men jeg håber, at man i forbindelse med denne begivenhed vil bruge meget mere energi på at fortælle og vise folk, at Tkd er meget andet end konkurrence og sport. For det er disse andre aspekter af Taekwondo'en, vi skal rekrutterer nye medlemmer på!

INTERNATIONAL SPORT

Taekwondo har aldrig været så populær som nu. Fra Zanzibar til Guatemala, fra Australien til Grønland træner millioner den koreanske kampsport. Stævner afviklet over hele verden tiltrækker tusindvis af professionelle og amatør udøvere. Tkd's indlemmelse i de olympiske lege har givet sporten en officiel anerkendelse. Tkd er blevet en verdenskendt sport.

EN HØJ PRIS

Men succes har sin pris. En pris der er meget højere end umiddelbart antaget. I processen med at popularisere Tkd, har det sportslige aspekt overtaget, og Tkd som kampkunst har mistet sin identitet.

WTF Taekwondo handler i dag kun om at konkurrere. Kamp- og teknikkonkurrencernes stigende popularitet gennem årene har ledt til en nedprioritering af alt, der ikke tjener det "ultimate mål" at vinde en konkur-

rence. Hvad skal vi bruge lowkicks til, hvis de er forbudt at anvende, og hvorfor skal vi træne nedtagninger, hvis vi ikke kan bruge det til at vinde en medalje i et teknikmesterskab?

SPORT ELLER KAMPKUNST

I mange dojangs rundt omkring i Danmark og resten af verden træner man slet ikke almindelig basisselvforvar. Resultatet heraf er at mange sortbælter, incl. mange konkurrenceatleter, stort set ikke vil kunne forsvare sig selv uden for kampbanen. Denne udvikling har betydet et gradvist fald i Tkd's prestige inden for kampkunstverdenen. Allerede i dag bliver Tkd af mange udelukkende opfattet som en sport frem for et kampkunstsysteem med en sportslig dimension.

TAEKWONDOS NATUR

Men mere vigtigt end Tkd's image udadtil, er hvad Tkd betyder for de mennesker der træner det. Man kunne endda spørge, hvad Tkd egentlig er i dag? Hvad er Tkd's natur?

Ved første øjekast ville vi måske sige, at Tkd er en meget specielt stil som alle vil kunne genkende. Men passer det, hvis vi bevæger os udenfor kampfladen? Hvordan ville Tkd så se ud? Hvilken form ville stilen have, hvis den ikke blev defineret af regler og anvendt udstyr i konkurrencerne? Kan man i dag stadig finde Tkd, som er uafhængig af WFT regler, eller er Tkd's natur nu kun defineret af konkurrence-regler lige som alle andre sportsgrene. Måden man spiller fodbold på, ville eksempelvis ændres drastisk, hvis offside reglerne ændres, idet det netop er reglerne der dikterer fodboldens natur. Kigger man på Tkd's udvikling gennem WTF og i høj grad også DTaF's briller de sidste mange år, vil man opdage, at udviklingen stort set kun handler om netop ændring af konkurrenceregler i kamp og

poomse, eller om hvilken form for udstyr og dragter, man skal anvende under konkurrencerne. Tendensen er lige så tydelig i vores forbundsblad, hvor sidste nummer næsten udelukkende omhandlede diverse stævnebeskrivelser samt info om landsholdene.

BLADET I "GAMLE DAGE"

For 10-15 år siden var det primært artikler om "DO'en", "KI" og Tkd-historie, der fyldte bladet. Handler Tkd's natur, som fodbold, kun om hvilke regler der kæmpes og dystes efter, eller har Tkd stadig en selvstændig essens?

Placeringen af selvforsvarsaspektet i Tkd er afgørende i disse spørgsmål. Set ud fra et selvforsvarsmæssigt synspunkt står det klart, at hverken kamp efter WTF regler eller poomse træning ligner en realistisk selvforsvarssituation. Hvis man kun måtte anvende teknikker, der er tilladt jf. WTF kampreglementet, ville Tkd knap være praktisk anvendeligt som selvforsvar overhovedet. Så hvad er formålet med at træne alle disse komplekse stepøvelser og sparketeknikker, hvis man slet ikke træner Tkd for konkurrencens skyld? Og hvad er meningen med at træne poomse, hvis man ikke kan/må udnytte den viden, poomsetræningen bibringer?

Svaret på disse spørgsmål ligger i et mere bredt syn på en kampkunsts stil. Det der gør alle aspekter i Taekwondo'en meningsfuld, er den rolle de spiller i det store billede og det generelle præstationsniveau hos den enkelte kampkunstudøver.

MEDALJER ER IKKE NOK

En kampkunstudøvers ambitioner bliver ikke tilfredsstillet alene ved at vinde medaljer på kampfladen, for konkurrencen er primært kun et middel til at opnå et højere sportsligt niveau. Kampkunstudøveren bør altid stræbe efter at opnå et bedre resultat i sin træning alene for at søge/opnå forbedringen. Det er i denne sammenhæng at selvforsvarsaspektet af Tkd skal forstås. Selvforsvarsfærdigheder er ikke nødvendigvis udviklet for praktiske formål alene. De bør hovedsagelig tjene som en manual/guideline eller som et hovedtema, der binder alle aspekter af Taekwondo'en sammen. Når alt kommer til alt er selvforsvar essensen af kampkunst, og det der adskiller det fra andre typer af bevægelsesorienterede aktiviteter som f.eks. dans.

VIRKER DET?

Det høje tekniske sparkeniveau, hurtighed, behændighed og udholdenhed, der alt sammen er opnået gennem konkurrencesparring, og kraften, præcisionen og

fokuseringen, der er forbedret gennem poomsetræning, bør selvfølgelig også betragtes som vigtige aspekter i Tkd. Alle disse forskellige aspekter er en del af et bredt favnende og moderne Tkd-system. Et system hvis hjertesag går (gik?) ud på konstant stræben efter forbedring og udvikling- fysisk som mentalt. Sådan et fantastisk "værk" kan ikke degraderes til kun at blive evalueret på point og antal sejre i konkurrencer. Det bør også blive målt på mere konkrete og realistiske betingelser som f.eks. om det virkelig virker. Det er nemlig betingelserne for selvforsvar!

Det er selvforsvarsaspektet, der gør Tkd til et rigtigt kampkunssystem. Uden denne del ville Tkd-sparring ikke være væsentlig anderledes end boksning og brydning, og poomse uden dets tilknytning til selvforsvar ville ikke være meget anderledes end gymnastik. Hvor æstetisk både kamp og teknik end fremstår, er det ofte ikke tilstrækkeligt for mange Tkd-udøvere at træne disse ting alene.

I Danmark er mange klubber og udøvere heldigvis ved at få øjnene op for de mange muligheder og udfordringer, der ligger "gemt" i selvforsvarstræningen, og antallet af kurser i "selvforsvar" afviklet af både forbundet og lokale klubber er i hastig fremmarch. I år er der på forbundets sommerlejr således også tilbud om decideret emnetræning om selvforsvar på lige fod med elite- kamp og teknik. Og forbundet (breddeudvalget) har med en godkendelse af en ansøgning om indkøb af 30 sæt visirhelme og handsker vist, at de også gerne vil hjælpe til med at få implementeret selvforsvarsdelen mere effektivt i Tkd.

HELE PAKKEN

Så lad os bruge dette VM til at sælge hele "pakken". Forhåbentlig får opvisningsholdet masser af eksposering, og både i forbundet som ude i klubberne bør man samtidig udnytte denne oplagte chance for spalteplass til at fortælle vidt og bredt, at Taekwondo også er seriøs og effektiv selvforsvar, og at Tkd er langt mere end simpel sport, der kun fokuserer på konkurrencer, point, medaljer, dommerkendelser, Team Danmark støtte og sponsorerere.

På den måde kan vi måske ændre lidt på den nuværende tilstand, hvor DTaF mere er et forbund for børn og unge, end det er et forbund for voksne og erfarne udøvere.

Instruktør – med eller uden dobok?



Carsten. A Pedersen har deltaget i årets sommerlejr, og undrer sig over tøjkodekset på lejren. I nedenstående debatindlæg stiller han spørgsmålet: Skal man som instruktør på en officiel taekwondolejr undervise i dobok, eller må man gerne undervise i almindeligt træningstøj?

Af Carsten A. Pedersen, 5. dan. Danfortræner i Sim Uu

STOR FORUNDRING

I løbet af lejren blev jeg noget forundret idet jeg oplevede en af forbundets absolutte ledere, lad os kalde ham AH, stå og undervise voksne og unge i normal standard træningstøj. Her snakker jeg absolut ikke om en standard dobok, men om ganske almindeligt trænings-/løbetøj. Og jeg er meget forundret over at se dette på en landslejr, hvor der er omkring 800 deltagere fra både indland og udland.

Jeg forstår, at man måske kan finde på at undervise sit eget hold hjemme i sin egen klub iklædt dette, men jeg mener absolut, at man på en landslejr arrangeret af Dansk Taekwondo Forbund bør overholde de gældende dobok reglementer, som jo foreskriver, at man møder frem i reglementeret dobok med korrekt bælte og klub- eller forbundsmærke.

UNGE LÆRER JO HURTIGT

Det er jo et spørgsmål om, at man viser de unge man underviser, at man har respekt overfor sporten og den "arbejdsuniform" som vi nu engang er vokset op i. Jeg formoder ikke, at AH er "vokset op" kun iklædt nor-

malt træningstøj, hvorfor han må have en dobok liggende derhjemme i en eller anden facon.

ET GODT EKSEMPEL

Normalt skal man jo som leder forestå som et godt eksempel overfor sine elever og dette indebærer vel også, at man underviser på sådan en lejr iført korrekt dobok. Vi ved, at unge mennesker lynhurtigt tager nye ting med hjem til deres egne klubber, og når de ser AH, som er en af de absolutte topledere indenfor forbundet, møde op i denne irregulære påklædning, så er det jo meget nærliggende, at også de vil tage det med hjem og begynde at træne sådan, fordi det er "smart" og de har set det på sommerlejren.

Personligt har jeg selv i løbet af min snart 21 år som udøver undervist maks. fem gange iført samme irregulære påklædning, og jeg kan sagtens forstå at man vælger at fralægge sig den normale dobok når man træner kamptræning idet friheden er noget større, da man kan vælge noget materiale som er mere svedtransporterende og lettere m.m, men jeg har absolut ingen forståelse for, at man vælger at undervise sådan når man er på en stor international landslejr som årets sommerlejr jo er efterhånden er.

UDSTYR

I løbet af træningen hvor AH underviste i ovenstående påklædning skete det så også en gang imellem, at hans mobiltelefon og nøgler fløj ud af hans bukser, da



han jo underviser og bevæger sig rundt i løbet af disse kamptræninger, og her står jeg så igen af da jeg oplever, at AH står og roder rundt med mobil telefon, nøgler og deslige – alt sammen ting som ikke bør forefindes i salen under en træning.

Dette hører fritiden til og bør i det mindste ligge i tasken i slukket tilstand eller på lydløs, da dette ikke ligefrem indgår som et træningsredskab – efter min viden...

STIVNAKKET ELLER...?

Nogen vil måske kalde mig stivnakket eller traditionsbunden og hvis det er tilfældet så fint med mig, men jeg vil dog stadig mene, at man som topleder og instruktør bør tænke en del over ens opførsel og væremåde når man underviser på en landslejr af denne størrelse, da man jo skaber præcedens for fremtidig opførsel og påklædning.

Med dette håber jeg naturligvis at være medvirkende til at skabe en sund debat ude i klubberne omkring det at undervise med eller undn dobok, og ikke mindst at der måske fremover kommer nogle klare retningslinjer for instruktørerne på vores fantastiske landslejr og lad os vedligeholde vores gode morale og ikke mindst bibeholde en korrekt "arbejdsuniform".

Hvad driver en leder i Taekwondo sporten?

Man skulle jo tro, at det primært var kærligheden til sporten, både regionalt, nationalt samt internationalt. For det er jo hvad der er bedst for sporten det hele drejer sig om, ikk? Det burde afføde et rungende ja, når man spørger på den måde.

Af Steen Jessen, Esbjerg CITY Taekwondo Klub.

Desværre er det bare sådan, at det efterhånden er vigtigere, at få placeret sine venner – det være SiimU, CV eller bare klubkammerater, i de forskellige udvalg, end at få placeret de mest kompetente personer i udvalgene og trænersæderne. Kan det være så svært, at indrømme, at nogle har større kvaliteter end andre? Også selvom de måske er i en anden interesse organisation end en selv. Åbenbart... Læg dog alle de politiske dagsordner væk, og koncentrer jer om det vigtige – SPORTEN.

ET FAIR SYN

Vi prøver i klubberne – nogle af os i hvert fald – at give vores udøvere et fair syn på sporten samt på forholdene klubberne imellem. Nogle klubber har kompetencer på områder hvor andre ikke har. Så hvorfor er det så umuligt, at lave et ordentligt samarbejde så alle kan få gavn af de kompetencer? Fordi der sidder ledere og trænere i klubberne og forbundet, der ikke kan se andet end deres egen lille andedam. Kom dog videre.

DROP UENIGHEDER

Hvis vi stadig skal være en god Taekwondo nation, er det nødvendigt, at droppe alle de gamle "traditionelle" uenigheder og samarbejde. Husk, at det er den samlede sport det drejer sig om og ikke kun din egen klub. Din klub vil blive styrket, hvis du har et åbent sind og er villig til at udvikle både dig selv men så sandelig også klubbens trænings form. Ikke at alt det gamle skal væk, men sørg for, at tilpasse sporten til samfundets udvikling. Man kommer langt, hvis man inddrager nogle af de moderne trænings former, i klubberne, i stedet for stædigt, at køre videre med det "man altid har gjort". For så dør sporten i hvert fald internationalt. Så bliver vi løbet over ende ved det VM vi selv skal holde i 2009.

ÅBENT SIND

Det er i første omgang op til klubberne, at forberede kæmperne på de store turneringer. Det er landstrænerens opgave at finpudse og lave kampoplæg. Giv ham noget at arbejde med. Træn jeres kæmpere, til at have et åbent sind, og ikke stædigt afvise alt, der ikke kommer fra klubbens chefræner. De kæmpere der bliver udtaget til landshold, er også de kæmpere der profilerer klubberne. Så begge parter vinder da noget.

태권도



Hjælpetrænerne kommer

Den næste generation af Taekwondo instruktører er godt på vej. Lørdag den 23. juni var Esbjerg City vært for forbundets første hjælpetrænerkursus. Interessen var Enorm.

Af Tommy Mortensen og Karin Schwartz,
Undervisere på DTaF's første hjælpetrænerkursus

Kurset har længe været ønsket, da mange klubber har unge mennesker under 15 år som hjælper til på holdene, men som er for unge til at deltage på forbundets ordinære kurser. Derudover er der også forældre uden det store Taekwondo kendskab, der hjælper til og som også ønsker lidt mere indsigt i trænergerningen.

MEGET I TVIVL

Vi var meget i tvivl om hvorvidt klubberne nu også ville benytte sig af muligheden for at sende deres unge mennesker afsted på kursus, når muligheden nu endelig var der, men den tvivl blev bragt til skamme da omkring 40 unge mennesker (+ et par lidt ældre) havde meldt sig til kurset.

OVERBOOKET

Desværre måtte vi melde tilbage til et par klubber at kurset var overtegnet. Kursets indhold er skræddersyet til målgruppen, hvilket betyder at der mindst er lige så meget praktik som teori. Emnerne på kurset er følgende:

1. Hjælpetrænerens rolle
2. Opvarmning i teori og praksis
3. Undervisningsprincipper
4. Leg og læring

EN GOD DAG

Det var en rigtig god dag, med masser af energi og smil. Det var også en dag der bevidnede at forbundet har masser af kommende dygtige instruktører, der med garanti er klar til at tage over engang med tiden.



ELEKTRONISK KAMPVEST



**NU ER
DEN HER!**

VÆR MED FRA STARTEN
Leveres i sæt med
2 kampveste og software

BUDO  **SPORT**

WWW.BUDOSPORT.DK
GODTHÅBSVEJ 142, 2000 FREDERIKSBERG
TLF. 38197393

MRK
S P O R T

WWW.MRKSPORT.DK
THORVALDSENSGADE 13 - 8000 ÅRHUS C
TLF. 20 63 63 85 / 86 24 24 49 - FAX: 86 24 33 49
SALG@MRKSPORT.DK

En Taekwondofars historie



Først startede sønnen. Far syntes der så fjollet ud, men så blev far klubformand. Så startede datteren også med at sparke, og til sidst gav far efter. I dag er de alle blevet sortbælter. Her følger en sand Taekwondo historie.

Af Bjarne Halberg 1. Dan, Sin Sung Solrød TKD

Da min søn Christian for en del år siden kom til mig og sagde, at han ville prøve Taekwondo, lignede jeg et stort spørgsmålstegn.

Min opfattelse af kampsport var, at det så fjollet ud, når voksne mænd rendte rundt i en "natdragt" og spjættede med arme og ben, samtidig med at de udstødte nogle høje lyde. Men som en moderne far, måtte jeg jo give det en chance når nu min søn så gerne ville prøve det.

TVANGSINDLAGT

Da den nærmeste klub (Solrød) lå ca. 5 km væk, var jeg mere eller mindre tvangsindlagt til, at være tilstede i klubben mens han trænede. Det var der jo hurtigt nogle bestyrelsesmedlemmer der spottede, og da jeg selv havde observeret flere punkter, hvor der efter min mening var plads til forbedringer i driften, tilkendegav jeg at jeg var interesseret i at deltage i noget bestyrelsesarbejde i klubben. Som alle sikkert ved, skal man kun sige det engang, før man er valgt ind fordi man mødte op til generalforsamlingen.

Der var ved at være opbrud i klubben, og formanden var mere fraværende end nærværende. Derfor trådte jeg til, og påtog mig opgaven som formand.

Det var tydeligt at min søn havde et ganske særligt talent, for især den tekniske side af Taekwondo, som han ikke kunne videreudvikle i vores egen klub, og derfor tog jeg kontakt til Kim Drube, som på daværende tidspunkt var tilknyttet Herlev. Christian fik lov til, at prøve nogle træninger hos Kim, og der var ingen tvivl om, at det var det rigtige for Christian. Han blev

hurtigt en del af det fantastiske sammenhold, som Kim havde skabt på Teknikholdet i Herlev, og efterfølgende i Rødovre.

LILLESØSTER FIK LOKKET FAR

Min egen interesse for, at udøve sporten var stadig ikke tilstede. Men da vi i Solrød startede et nyt hold op i 2002 ville min datter Mia træde i sin storebrors fodspor, som hun så/ser meget op til. På det nye hold startede også 2-3 voksne, og for at være med til at fastholde disse nye voksne, valgte jeg at træne med på holdet, om ikke andet så kunne jeg da få lidt motion. I de efterfølgende år blev både Mia og jeg mere og mere "afhængige" af de to ugentlige træninger. Den ene graduering tog den anden, og vi deltog begge i flere Teknikstævner, hvor vi da også fik hevet lidt medaljer med hjem (dog ikke så mange som Christian).

"DET VIL JEG OPLEVE"

På sommerlejren i 2005 på Fyn skulle Christian så op til Dangraduering. Jeg var meget imponeret over hvor meget hård træning der skulle til, før han kunne nå det store mål. Men oplevelsen af hvordan han blev fejret på sommerlejren og den store lettelse da det sorte bælte var hjemme, satte et markant aftryk hos mig. Jeg sagde under fejringen til min hustru "Det her vil jeg også opleve, og helst sammen med min datter (Mia)".

Målet var sat, og Taekwondo fik herfra en helt anden betydning og prioritet hos mig. Claus Henriksen og Michael Iversen var en fantastisk inspiration i forløbet. I starten af juni i år var Mia og jeg så til Danfortræning i Skive. Og jeg må erkende at jeg var meget nervøs for, om jeg havde det der skulle til, i en alder af 43 år. Det var to lange og hårde dage i Skive, men instruktørerne var fantastisk dygtige til at motivere og gennemførte nogle inspirerende træninger. Jeg tror aldrig, jeg før har været så træt og fuldstændigt "smadret" i kroppen og især i hælene efter den weekend. De næste 14 dage var ikke sjove for kroppen. Men jeg følte at det værste var overstået, og glædede



mig faktisk til at blive graderet til 1. Dan sammen med min datter.

EN FED FORNEMMELSE

Lørdag den 7. juli 2007 løb gradueringen af stablen på Sommerlejren i Århus. Det var sindssygt hårdt, men det var en fed fornemmelse bagefter.

Til sidst skulle vi alle have overrakt diplomer af Axel Trillingsgaard og vores instruktører. Både jeg og min datter var meget stolte.

EN RIGTIG TAEKWONDO FAMILIE

Nu er vi således tre sortbælter i familien (2 x 1. Dan og 1 x 1. Poom), og det kan man vel godt tillade sig, at være meget stolt over.

Nu er det så tid til, at sætte nye mål, hvor jeg bl.a. vil fokusere på at hjælpe nye Dan aspiranter på vej mod målet.



Skal der uddeles præmier efter en flot præstation?

En flot præstation fortjener en præmie, så ring og få oplyst nærmeste forhandler eller rekvirér vores katalog. Vi har et stort udvalg i bl.a.:

- Statuetter
- Pokaler
- Medaljer
- Klubemblemer
- Stofmærker
- Graveringer
- ... og meget mere!

Dine præstationer er en præmie værd!

JYDSK EMBLEM FABRIK A/S
 Sofienlystvej 9 - 8340 Malling
 TEL: 70 27 41 11 - Fax: 70 27 41 10
www.jydskemblem.dk / info@jydskemblem.dk



Prisændringer pr. 1. oktober 2007

Budo-Nord Competition

Den nye version af Competition har god pasform og holdbarhed. Videreudviklingen af Cookfight konceptet og den øget luftcirkulation gør dragten behagelig at træne i. Dragten bruges af eliteudøvere og dem, der stiller høje krav til deres sport. Broderet rygmotiv. Navn broderet på overdel er incl. prisen. Hvid krave, str. 150-210 cm • Sort krave, str. 160-210



kr. 669,00



NY Budo-Nord Kang Sae

Helt ny elitedragt, der er specialudviklet til poome. Meget velegnet til konkurrenceudøvere eller til dem, der vil have en kraftigere dobok. Broderet rygmotiv. Navn broderet på overdel er incl. prisen. Fås med hvid og sort krave. Str. 160-210 cm

Introduktionstilbud

kr. 599,00
normalpris kr. 689,00



Begynderdragt

Budo-Nord Standard

God begynderdragt. Taekwondo er trykt på ryggen. Materialet er bomuld og polyester. Med dragten følger hvidt bælte.

110 cm	kr. 194,00
120 cm	kr. 194,00
130 cm	kr. 204,00
140 cm	kr. 224,00
150 cm	kr. 239,00
160 cm	kr. 254,00
170 cm	kr. 269,00
180 cm	kr. 279,00
190 cm	kr. 289,00
200 cm	kr. 299,00
210 cm	kr. 309,00



Budo-Nord Superior

Anerkendt elite- og konkurrencedragt. Ribstrukturen i bomuld/polyester gør dragten rar at træne i. Rygmotivet er broderet på. Navn broderet på overdel incl. prisen.

Hvid krave: 130-210 cm
Poom krave: 140-180 cm
Sort krave: 150-210 cm

kr. 400,00 **Tilbud**

Kvalitetsudstyr fra Budo-Nord

CH Trade er officiel Budo-Nord og Fighter forhandler
Gl. Hastrupvej 3 • 4600 Røge • chtrade@email.dk
Besøg CH Trades webshop på www.budo-nord.dk
direkte 2145 8756 ml. kl. 9 og 21

