

TAEKWON - DO

FORBUNDS-BLAD

3/76

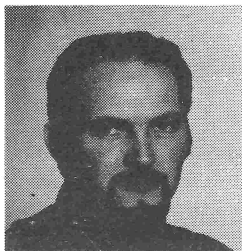
Pris: 2,50 kr.



DANSK TAEKWON - DO FORBUND

Medlem af Europæisk Taekwon - do og world Taekwon - do Federation

Forsidebilledet er i denne uge taget af Frank Christiansen og forestiller Choi Kyoung An og Hur Heung Taek, der begge udfører Dollyo Chagi. Billedet er taget på sommerlejren i Oksbøl.



Gunnar Sørensen
Formand for D.T.F.
Formand for S.T.K.

Så er sommerlejren 1976 afsluttet og det var Varde Taekwon-do klub, der stod for arrangementet.

Jeg syntes, det var en meget vellykket sommerlejr, med træningsfaciliteter, der var helt i top, og med instruktørerne Choi Kyoung An og Hur Heung Taek, som virkelig forstod at køre en meget afvekslende træning, og der var masser af nye ting at tage med hjem.

Campingpladsen i forbindelse med lejren er det eneste, man kan sige noget negativt om, og jeg vil til næste års arrangører sige, vælg også denne med samme omhu som træningssalen, da det er af stor betydning for sammenholdet i lejren.

Hermed en tak for en vellykket uge.

Redaktionens
adresse er:

Frank Christiansen
Lundgade 2a
800 Varde.

I forbindelse med sommerlejren var der indkaldt til ekstraordinært repræsentantskabsmøde, da der var mange ting, som skulle løses. Det foregik på den måde, at repræsentantskabet blev delt op i grupper, og efter 2 dages gruppearbejde mødtes grupperne for at udveksle ideer og synspunkter. Derefter begyndte forhandlingerne grupperne imellem for at nå til enighed, hvorefter man mødtes med Choi Kyoung An.

Der blev brugt mange timer på gruppearbejde og møder, men alle var enige om, at resultatet var godt, og af stor betydning for D.T.F.

De vigtigste punkter.

Mr. Choi Kyoung An blev ansat som dansk rigstræner.

Oprettelse af et dan kollegie.

Færdig-udarbejdet træningskalender frem til og med sommerlejren 1977. Der vil blive sommerlejr både i Jylland og på Sjælland.

Der blev også udarbejdet et nyt og mere effektivt pensum i samarbejde med Choi Kyoung An. (er indrykket i den nye TAEKWON-DO bog, se annoncen).

Samtlige punkter vil blive udsendt fra forbundssekretæren og vil og blive bragt i bladet i mere udførlig form.

Hilsen

Gunnar Sørensen

KOREAN GINSENG TONIC

高麗人蔘精



450ml

NY KRAFT OG ENERGI MED GINSENG

VI KAN IGEN LEVERE DEN VERDENSKENDTE
ORIGINALE GINSENG TONIC I 450 ML.-
FLASKER TIL DEN FORMIDABLE PRIS AF
KUN 48,00 KR. + PORTO.

Udtalelse om GINSENG.

af Frank Christiansen, Varde.

Jeg fik min første GINSENG på sommerlejren og allerede efter ca. 2 dage følte jeg mig mindre stresset og mere energifyldt.

Bestil nu på tlf. (04) 42 78 15

Fra Redaktionen

Man vil gerne fra redaktionen gøre opmærksom på, at det stadig er muligt at anskaffe forbundsbladet nr. 2, da man ligger inde med et stort antal usolgte numre. Du kan endnu få det ved din klub, eller ved at skrive til

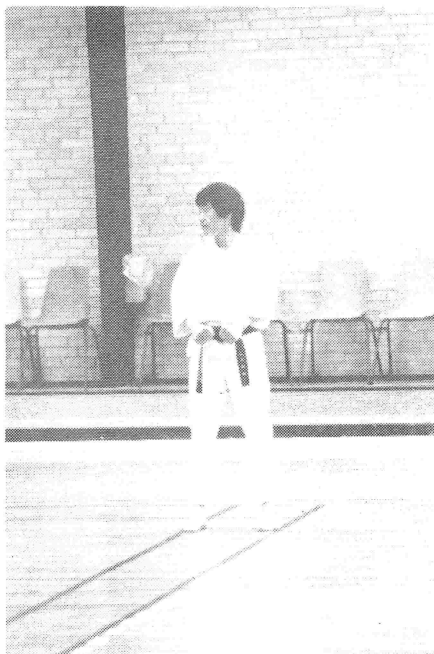
Frank Christiansen, Lundgade 2a, 6800 Varde.

Da man fra de forskellige klubber er meget sløve med at sende billeder til mig, vil jeg gerne udskrive en konkurrence blandt alle læserne om, hvem der kan sende mig månedens bedste billede indenfor taekwon-do. Præmien er at få sit billede på forsiden af forbundsbladet. Billederne sendes til

Frank Christiansen, Lundgade 2a, 6800 Varde.

Vedlæg venligst beskrivelse af, hvad billedet forestiller, og hvem der har taget billedet.

Redaktionen.



Billedet viser den hollandske instruktør, som trænedes på sommerlejren. Hur Heung Taek 6 Dan.



Billedet viser den danske landstræner Choi Kyoung An 6 Dan med Yeop-Chagi.

WEEK-END-TRÆNING PÅ FANØ

Esbjerg Taekwon-do klub afholdt deres første trænings-week-end, lørdag den 23. maj. Den blev afholdt på Fanø ved "Rolands Camping", hvor klubben havde sørget for natlogi i campingvogne og telte til yderst fordelagtige priser.

Tilslutningen var lidt skuffende i forholdet til antallet af medlemmer.

Lørdag den 23. maj kl. 07,45 var ca. 40 medlemmer mødt op, og var på vej mod Fanø, med ankomst kl. 08,05. Første træning var fra kl. 10,00 - 12,00 lørdag formiddag, hvor Choi Kyoung An underviste.

Første del af eftermiddagen slappedes der af, og klubben fik chancen til at filme forskellige teknikker som Choi Kyoung An foreviste med største præcision til glæde for alle. Kl. 15,30 var der undervisning for trænere, og kl. 16,00 var alle igang igen. Lørdagens træning ophørte kl. 18,00.

Aftenen forløb nogenlunde fredeligt med undtagelse af enkelte tilfælde.

Søndag startedes med løb og derefter almindelig træning til sidst på formiddagen. Næste træning startede kl. 14,30, hvorefter alle deltagerne løb ned til stranden, for at træne en sidste gang. Derefter var der fri badning.

Hjemturen forløb normalt og alle var tilsyneladende godt tilfredse med en sådan lille rask træningsweek-end.

Da denne træningsweek-end forløb overraskende godt, besluttede bestyrelsen at afholde endnu en tur, foruden den i august.

Den foregik den 3-4. juli og var arrangeret i samarbejde med Varde Taekwon-do klub.

Denne træningsweekend har vist, hvor stort et behov der er for forskellige arrangementer.

Næste gang håber man på større tilslutning, men ellers det samme gode humør og store interesse, som alle medlemmer udviste.

Choi Kyoung An, klubtrænerne og vore venner fra Varde gav os en særdeles god træning og diciplinen, der var så fri, som man faktisk ikke ville forvente i en taekwon-do træningslejr, vil, efter denne yderst vellykkede week-end forsøgt gentaget ved næste lejr.

Esbjerg Taekwon-do klub

EN AFSLUTNING

Holbæk Taekwon-do klub holdt afslutning på sæson'en på en lidt besynderlig måde.

Man trænede koncentreret ca. $\frac{1}{2}$ time. Derefter begyndte man på den sjovere del af aftenen, hvor man populært sagt havde nogle små julelege, såsom sækkevæddeløb, trillebørløb, balancegang med appelsin og spring over knælende personer.

Som afslutning på det hele var der en gang sørøverleg.

Vinderne af hver leg fik overrakt en lille præmie.

Sæson'en var derefter officielt afsluttet, men der blev trænet udendørs en gang om ugen, hvor der var løbetræning og kamptræning foruden eksersits, så de virkelig aktive medlemmer kunne holde deres gode kondition.

Holbæk Taekwon-do klub.



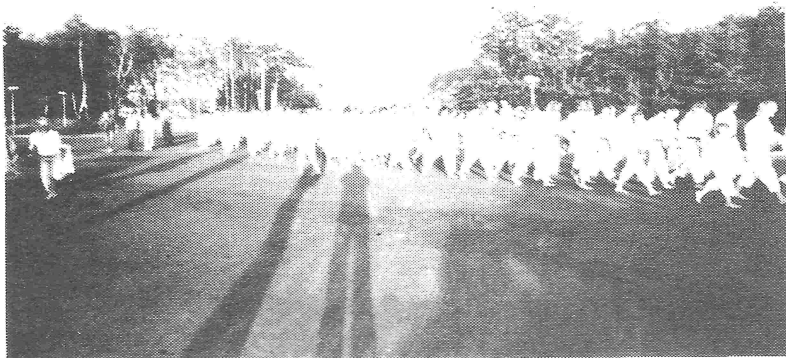
Et glimt i teorilokalet fra sommerlejren.
Instruktør Gunnar Sørensen
2 Dan.

Fra gradøringen. Personerne er:
Fra venstre

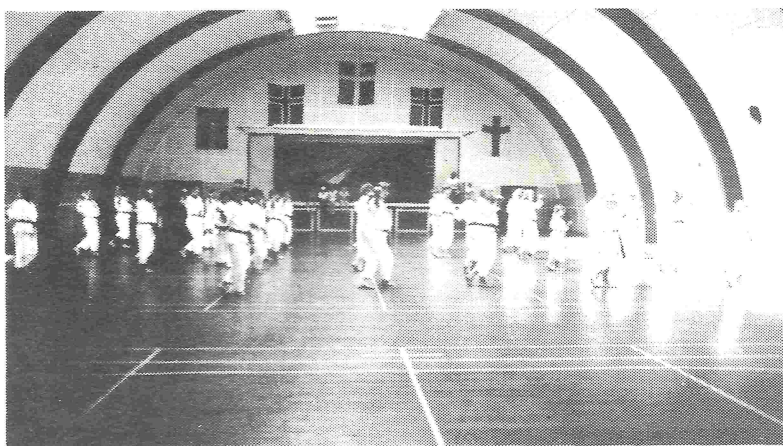
Gunnar Sørensen,
Choi Kyoung An,
Hanne Nielsen og
Jørgen Skovby



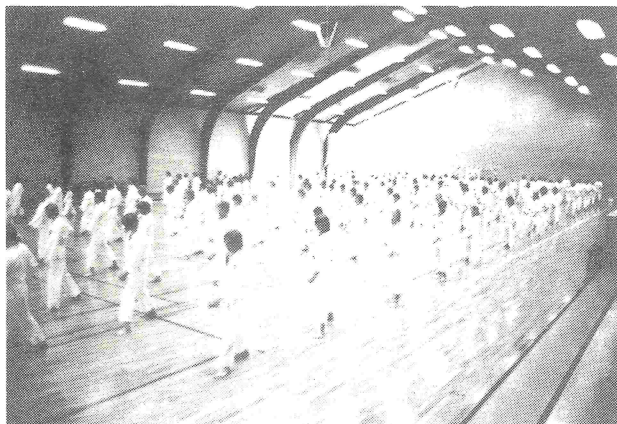
BILLEDER FRA SOMMERLEJREN



Marchen fra stadion ned til hallen
torsdag aften, før opvisningen.



Brunbælter i den lille hal, in-
strueret af Choi Kyoung An.
Her er det 5 Taegeuk.



10 - 9 - 8 kup i den store hal, instrueret af Hur Heung Taek fra Holland. Her er det eksersits.



Et glimt fra tirsdag, da alle var på stranden og træne.



Choi Kyoung An demonstrerer Banda Dollyo Chagi mod Hur Heung Taek.

GIV AGT NYT I DANMARK

Den nye TAEKWON - DO bog

FØRSTE TAEKWON-DO LÆREBOG PÅ DANSK

Forsinket på grund af det nye pensum og andre gradueringskrav. Vil blive leveret i september måned.

INDEHOLDER

TAEKWON-DOENS HISTORIE

TAEKWON-DOENS TEORIER

PENSUM TIL 10 - 9 - 8 - 7 KUP

GRUNDTEKNIKKER I TEKST OG BILLEDER

TAEGEUK I TEKST OG BILLEDER

GENNEMGANG AF GRADUERINGSPENNUM OG FORKLARING
OVER' HVAD MAN SKAL PASSE PÅ

Jeg ønsker at få tilsendt 1 stk. Taekwon-do lærebog nr. 1 til en pris af ca. 40-50 kr. + porto. Bogen sendes mig pr. efterkrav.

Udgives i begrænset oplag, ca. 1.000 stk. Vil du være sikker på et eksemplar, så send din bestillings-seddel straks.

NAVN _____ ADRESSE _____

POSTNR. _____ BY _____

Sendes til:

KAREN MARGRETHE SØRENSEN

STENBJERG PARKEN 9a

6400 SØNDERBORG

ADRESSELISTE

I nr. 2 af Taekwon-do bladet var der en adresseændring på forbundssekretæren.
Den vil vi gerne ændre, da dette var en fejl fra redaktionen. Hendes adresse er:

Hanne Nielsen, Fredensgade 8, 6300 Gråsten

Adresse på Grindsted Taekwon-do klub er:

Sten, Bjerrum, Vitarp, 6865 Ovtrup

ANGÅENDE BILLEDER

Hvis der skulle være nogen, der er interesseret i nogle af de billeder, der kommer i forbundsbladet, kan man købe dem af:

Frank Christiansen, Lundgade 2a, 6800 Varde

Send besked om, hvilke billeder I er interesseret i at købe eller skriv til mig, og jeg sender nogle kontakt-kopier og I kan så selv tage dem ud I synes om.

På kontakt-kopierne er der også billeder, der ikke kommer i forbundsbladet på grund af pladmangel.

Pris pr. billede er 3,00 kr. + forsendelse.

ER MAN INTERESSERET I AT KØBE NOTIAKUOS

SÅ HAR VI STADIG NOGLE PÅ LAGER.

PRISEN ER 30,00 KR. + FORSENDELSE.

NAVN _____

ADRESSE _____

POSTNR. _____ BY _____

Sendes til Frank Christiansen, Lundsgade 2a, 6800 Varde.

BERETNING FRA HOLBÆK

Søndag den 30. maj 1976 afholdt Holbæk Taekwon-do klub fællestræning og graduering på Slotsmarksskolen. Som trænere havde vi Allan Poulsen 1 Dan og Gunnar Nielsen 1 Dan fra Sønderborg Taekwon-do klub.

De kørte først 2 timers fællestræning og derefter blev der afholdt graduering.

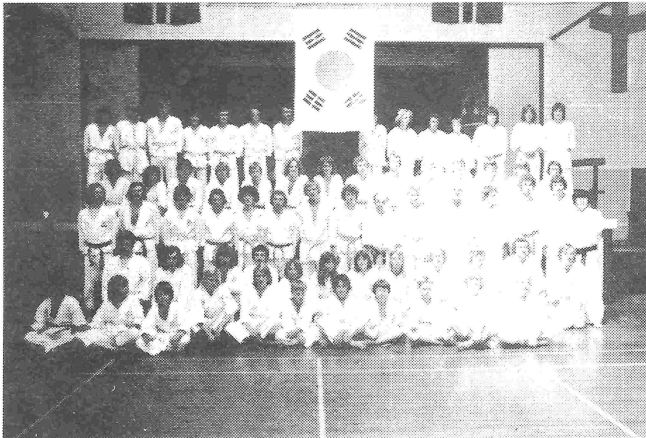
Der var 33 elever lige fra små til store og der blev gradueret fra 9 kup til 4 kup

Der var 7 elever der desværre ikke bestod gradueringen.

Hilsen

Holbæk Taekwon-do klub

v/P.R. Finn Sørensen



Gruppenbillede fra fællestræningen i Oksbøl arrangeret af Varde Taekwon-do klub.

FORSMAG PÅ SOMMERLEJREN

Week-enden den 19-20 juni afholdte Varde Taekwon-do klub fællestræning og graduering i den gamle hal i Oksbøl idrætscenter, samme sted som sommerlejren. Som træner havde man anskaffet Choi Kyoung An 6 Dan fra Århus Taekwon-do klub.

Der var mødt ca. 80 deltagere op fra hele landet. Det er en fornøjelse at se, at også pigerne er faldet for taekwon-do.

Om lørdagen trænede vi 4 timer, 2 om formiddagen og 2 om eftermiddagen. Søndag trænede 2 timer om formiddagen og om eftermiddagen var der graduering, hvor der blev gradueret lige fra 10 kup til 1 kup. Det var en vældig, dejlig week-end og en lille forsmag på sommerlejren.

Varde Taekwon-do klub

Sommerlejren i Oksbøl 1976

Varde Taekwon-do klub har afholdt Dansk Taekwon-do Forbunds sommerlejr i Oksbøl idrætscenter i tiden fra 11. til 17. juli. De første deltagere ankom fredag den 9. juli om eftermiddagen, og lørdag kl. 18,00 var alle deltagere ankommet, ca. 300. Søndag kl. 10,00 blev lejren officielt åbnet af borgmesteren fra BLÅVANDS HUK kommune.

Den første træning afholdtes søndag kl. 13,00, men da koreanerne endnu ikke var ankommet, overtog Ebbe 1 kup fra Sønderborg og Frank 1 kup fra Varde, træningen. Der blev afholdt ekstraordinær repræsentantskabsmøde samme dag kl. 15,00 til ca. kl. 22,00. De følgende dage fortsatte repræsentantskabsmødet til langt ud på natten. På disse møder blev 1 Dan - kamptræning, kurser og sommerlejr for 1977 fastlagt. Endvidere blev der udarbejdet et udkast til en kontrakt med vor nuværende rigstræner, koreaneren Choi Kyoung An 6 Dan.

Koreanerne ankom samme dag kl. 16,00. Det var den nu udnævnte danske rigstræner Choi Kyoung An 6 Dan og hans ven Mr. Hur Heung Taek 6 Dan fra Holland. Den første træning fandt sted samme dag kl. 19,00 til 20,00.

Mandag og onsdag blev der trænet 3 gange daglig. Tirsdag var der en formiddagstræning, og om eftermiddagen blev der afholdt træning på Vejers strand.

Om aftenen var der normal træning i hallerne, og senere på aftenen blev der vist film af Esbjerg Taekwon-do klub.

Torsdag formiddag almindelig træning, men om eftermiddagen blev der trænet til opvisning. Alle 300 i den store hal.

Til opvisningen om aftenen var der ca. 450 tilskuere. Opvisningen forløb på den måde, at først viste samtlige deltagere i sommerlejren opvarmningsprogrammet, hvorefter nogle brune og alle sorte bæltter, lige fra 12 år og opefter, viste poomse og forskellige variationer af brækttest.

Opvisningen forløb yderst tilfredsstillende.

Efter opvisningen blev der uddelt medaljer og diplomer til personer, som har gjort meget for sommerlejren og Taekwon-do'ens fremme.

Om fredagen begyndte gradueringen kl. 9,00 og varede helt til kl. 17,30

Ialt forsøgte ca. 200 at opnå højere graduering, men kun de ca. 175 bestod prøverne.

Om aftenen var der afslutningsfest på Turisthotellet i Oksbøl.

Festen forløb loc% til alles tilfredshed.

Lørdag var der træning i nyt pensum og bagefter blev der uddelt diplomer til alle deltagerne i sommerlejren.

Deltagernes opførsel var ubeklagelig hele lejren igennem, dog fik vi en klage fra en landmand, hvis kornmark lå ved siden af teltlejren, fordi kornet var trampet ned temmelig mange steder.

Man havde øjensynligt ikke gidet gå op til de dertil indrettede toiletter.

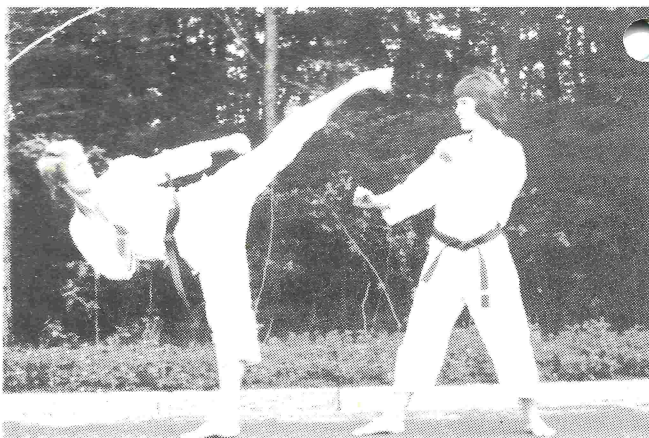
Varde Teakwon-do klub



Billederne her viser, at det ikke kun var i træningstiden, der blev trænet.

Øverst er det Henrik og Bjarne fra Varde, der træner flittigt.

Nederst er et af de yngre medlemmer fra Esbjerg ved at vise brektest.



DANSK TAEKWON - DO FORBUNDS MATERIALE SALG

Støt forbundet og din klub ved at bruge:

klubbluser

tasker

mærker for tasker

træningsdragter

streamers

mærker til biler m.m.



Såfremt du ønsker at købe, eller evt. har specielle ønsker, bedes du venligst ringe eller skrive til:

Karen Margrethe Sørensen

Stenbjergparken 9A

6400 Sønderborg

Telefon (04) 42 78 15