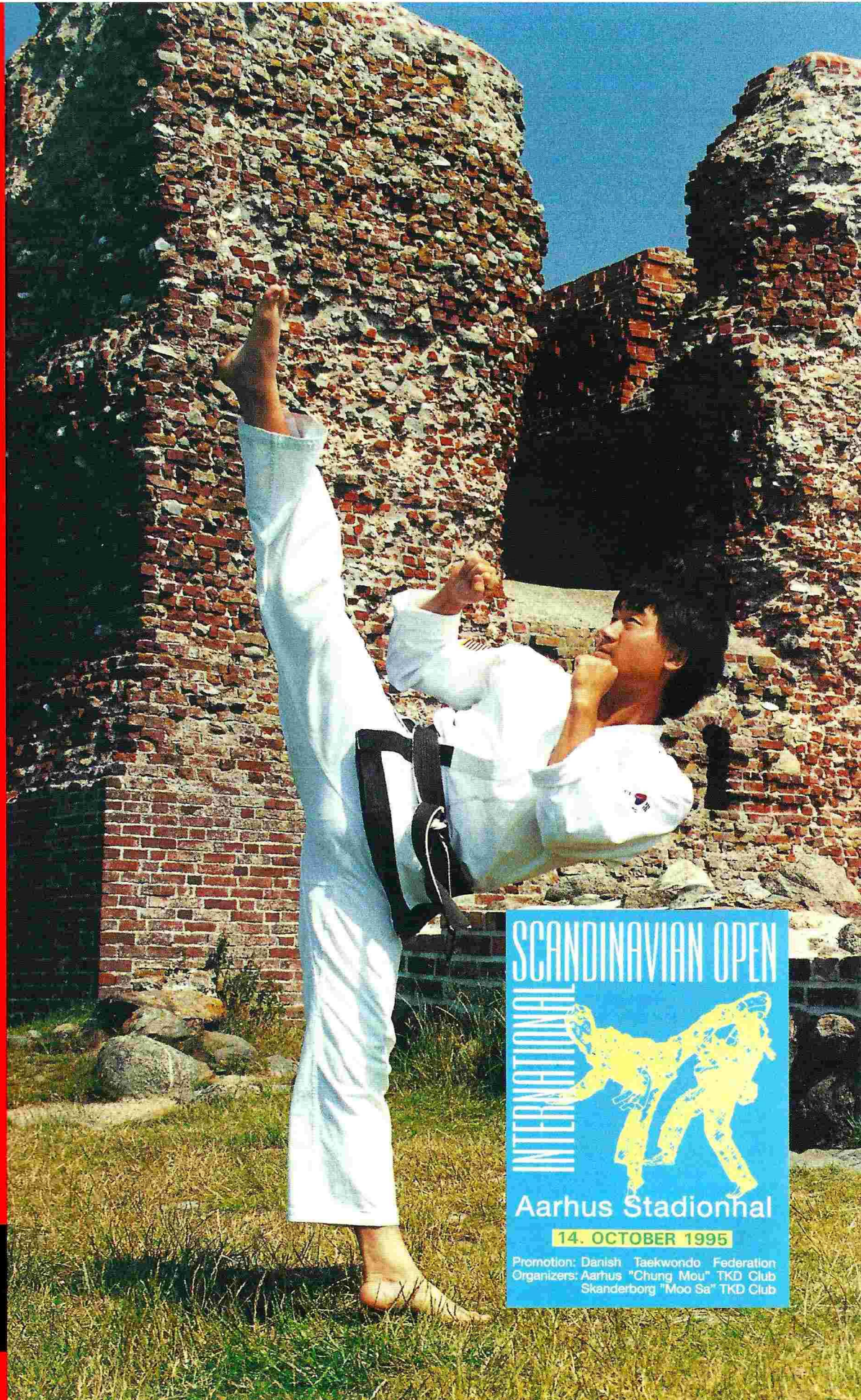




TAEKWONDO



SCANDINAVIAN OPEN
INTERNATIONAL



Aarhus Stadionhal
14. OCTOBER 1995

Promotion: Danish Taekwondo Federation
Organizers: Aarhus "Chung Mou" TKD Club
Skanderborg "Moo Sa" TKD Club



Taekwondo nr. 3/95

Medlemsblad for
Dansk Taekwondo Forbund

Medlem af:

Dansk Idræts Forbund
Europæisk Taekwondo Union
World Taekwondo Federation

Redaktør:

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

D.T.F.'s sekretariat:

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

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

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

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

Deadlines:

Annoncer/indlæg:
Nr. 4 1995 1. november 1995

Ret til ændringer forbeholdes

Oplag:

4.700 eksemplarer

Layout:

REECKMANN Gruppen
Hornslet . Tlf. 86 99 52 94

Forside:

Verdensmester John Chung

Leder

Så er efteråret ved at falde over det ganske land, og vi må til at affinde os med temperaturer, som ligger en del under dem vi oplevede på D.T.F.'s hidtil største sommerlejr som fandt sted i Ebeltøft.

Efteråret er også licenstid, og den nye licensperiode startede d. 1. september. Husk nu på at der også er en forsikring i licensen, og er din licens ikke betalt, ja så gælder forsikringen heller ikke.

Igen i år må vi konstatere en medlemstilbagegang. Ifølge tallene fra D.I.F er vi blevet lidt over 600 færre i forbundet i det forløbne år i forhold til forrige år, hvilket svarer

til ca. 10 %. Forbundet har i mange år arbejdet på at forbedre tilbuddene til medlemmerne samt at optimere træneruddannelsen, så måske var det på tide vi fik kigget på hvorfor vi mister så mange medlemmer. Det er jo også en opgave man kan gå i gang med på klubplan, og forbundsbladet hører meget gerne fra klubber som mener de kender årsagen til frafaldet og hvad de evt. har gjort ved det. (Se artiklen om Taerobic)

Carsten Stigers



Videoarkivet tilbyder:



LANDSKAMP DANMARK - KOREA 1987

LANDSKAMP DANMARK - KOREA 1989

LANDSKAMP DANMARK - KOREA 1991

LANDSKAMP DANMARK - KOREA 1993

EUROPACUP I SKT. PETERSBORG 1993

Finalerne fra

De Danske Åbne Mesterskaber 1995.

Lidt af hvert fra

De Åbne Belgiske Mesterskaber 1995.

X-tra Vinterlejr 1994

E.M. I ÅRHUS 1990

E.M. BARCELONA 1992

JUNIOR E.M. 1992

V.M. ATHEN 1991

V.M. NEW YORK DANSKE KAMPE 1993

ÅBNE TYSKE FIGURMESTERSKABER 1994
+ LANDSKAMP DANMARK-FRANKRIG
1995.

PÅ ET BÅND

V.M. NEW YORK FINALER 1993

ÅBNE HOLLANDSKE 1993

ÅBNE HOLLANDSKE 1994

N.M. SENIOR FINALER 1992 *

N.M. JUNIOR FINALER 1992 *

N.M. 1993

BILL WALLACE SEMINAR 1992

ALS CUP FINALER 1993 *

SOMMERLEJR RISSKOV 1993 *

BÅNDENE KOSTER 250,- PR.STK.

DE MED * MARKEREDE BÅND 200,-

HVERT BÅND HAR EN VARICHED PÅ CA. 3 TIMER.

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

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr.: _____ By: _____

Bestiller flg. bånd: _____

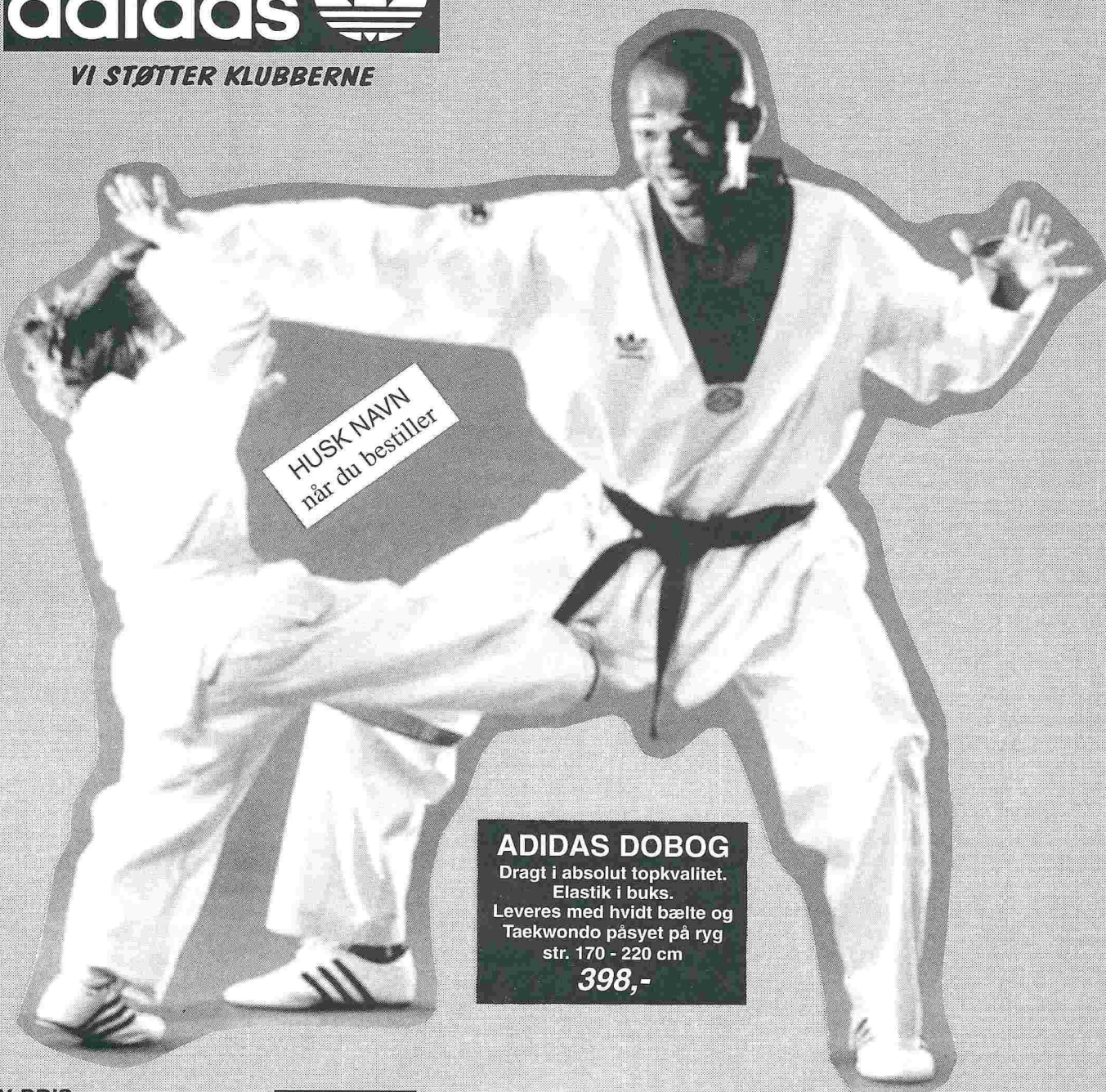
Betaling vedlagt i check - Betaling indsat på giro 4 09 34 02

adidas



VI STØTTER KLUBBERNE

Eneimportør af adidas TAEKWONDO udstyr i Danmark



HUSK NAVN
når du bestiller

ADIDAS DOBOG

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

398,-

NY PRIS
adidassko
str. 35-47
330,-

adidas vendbar kampvest
alle str. 375,-

PINE
TREE
DOBOG



NYHED !!!

adidas

benbeskytter
armbeskytter
skridtbeskytter
alle str.

190,- pr. enhed

Denne dragt leveres
komplet med:

Jakke, elastik i buks,
hvidt bælte og tryk på
ryggen.

Den lever op til bedste
kvalitet og design, og
så er det den billigste
på markedet.

35 % bomuld og 65 %
polyester.

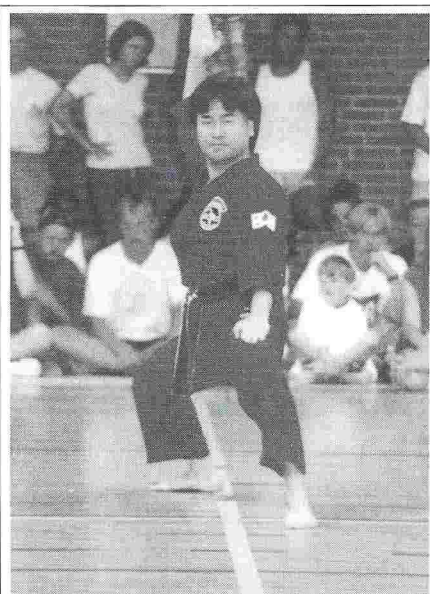
	Nye priser	
130 cm	195,-	165,-
140 cm	205,-	185,-
150 cm	220,-	200,-
160 cm	230,-	215,-
170 cm	255,-	230,-
180 cm	265,-	240,-
190 cm	270,-	250,-
200 cm	280,-	260,-
210 cm	290,-	270,-

Velkommen på

Me Rim Ko
SPORT

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

Sommerlejr 1995



John Chung med sin musikpoomse

Dansk Taekwondo Forbunds Sommerlejr blev som bekendt afholdt i Ebeltoft i år. Med på lejren var der ca. 700 deltagere fra Danmark, Norge, Sverige, Finland, Tyskland, Holland, Belgien, Schweiz, Litauen, Israel og USA. Lejren startede for de flestes vedkommende om lørdagen med en fællestæning, hvor de der havde bestået dandgruering blev hædret.

Senere lørdag begyndte de holdopdelte træninger. For os på hold 6 (snipfri rød-bælter) var træningen under den hollandske tidligere verdensmester i sværvægt Henk Meyer, der har rygte for at lave nogle meget hårde træninger. Men det rygte levede Henk Meyer ikke op til, det blev en virkelig god, ikke hård, kamptræning, hvor vi skiftedes til at lave noget i kortere tidsperioder, så

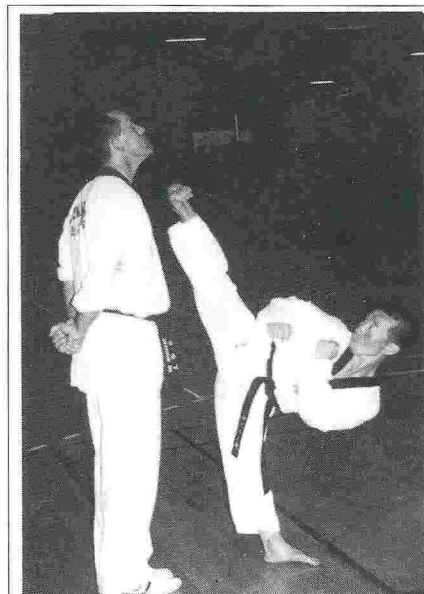
pulsen nåede ikke at komme rigtigt op, før vi igen skulle slappe af.

Om aftenen var der velkomstfest. En fest, der foregik i et meget meget varmt lokale. Temperaturen blev på et tidspunkt målt til 42 grader, men med masser af væske kunne folk godt klare den temperatur lidt ad gangen. Så der blev gået temmeligt godt til den.

Den første træning søndag, var for os på hold 6 under Bjarne Sørensen. På grund af den knap nok overståede velkomstfest blev det foreslået, at vi skulle starte med 20 min. let søvn på stedet. Det blev det næsten til, i form af at vi startede med en god omgang dejlig massage, efterfulgt af en god omgang lidt af hvert træning, der ikke var hårdt.

Om eftermiddagen havde vi på hold 6 Henrik Frost. Henrik lovede os fra starten at vi skulle prøve noget nyt under træningen. Det kom til at passe. Det blev en træning, hvor vi fik prøvet at lave taiboksning, hvilket flere fandt spændende at prøve.

Om aftenen var der en fodboldturnering, hvor finalen kom til at stå mellem Esbjerg Taekwondo Klub og Hjørring Taekwondo Klub. Aldersforskellen på de to finalehold gjorde at deltagerne fra Esbjerg Taekwondo Klub, sådan ca. kunne være fædre til dem fra Hjørring Taekwondo Klub. Indtil kort før kampens afslutning stod der, trods aldersforskellen, uafgjort 0-0, men så skød Hjørring en lang bold. Uheldigvis for Esbjerg var det på det tidspunkt blevet så mørkt, at deres målmand ikke kunne følge bolden i luften, så bolden fløj lige i nettet. Kampens eneste mål. Hjørring Taekwondo Klub vandt dermed finalen med 1.0. Så tillykke til Hjør-



Selv Tu kan komme ud for en for stor mundfuld

ring Taekwondo Klub med sejren. Esbjerg Taekwondo Klubs hold beviste på den anden side, at det ikke er den uendelige alder, det kommer an på.

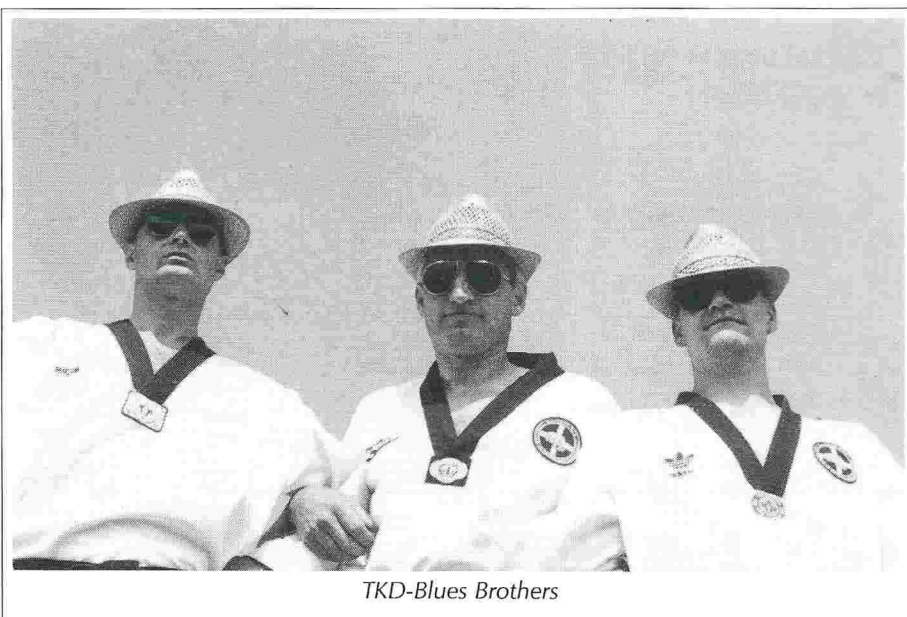
Mens spillerne kæmpede om bolden på banerne, kæmpede tilskuerne mod store flyvende biller, der generede mange tilskuere. Rent faktisk var der i lang tid ingen, der vidste, hvad det var for nogle store flyvende insekter, der kredsede omkring. Men det viste sig at insekterne var temmelig harmløse.

Mandag eftermiddag havde vi på hold 6 den danske poomse-landsholdstræner, israelske-finske landstræner i en og samme person Dang Dinh Ky Tu, der serverede en god ikke hård træning.

Om aftenen var der en fest for børnene, blandt andet med en limbokkonkurrence, hvor der virkelig blev gået til den og kæmpet til stregen (gulvet). Sejren gik, så vidt jeg kunne se gennem den tætte tilskuerflok, til en fra Rødovre Taekwondo Klub.

Tirsdag morgen havde vi på hold 6 Henrik Knudsen kaldt Charlie, en god træning, hvor de første 70 minutter af træningen var stille og rolig opvarmning og de sidste 20 minutter var spark på „koteletter“.

Om eftermiddagen var det den amerikanske legende John Chung og hans kvindelige assistent, frk. Moore, der stod for træningen. En noget anderledes træning end de fleste af os er vant til. Vi skulle stå med det ene ben oppe i luften i tre forskellige stillinger: ap chagi, dwit chagi og doelyo chagi, alt mens John Chung talte til fem. Der var bare det ved det, at når John Chung ret-



TKD-Blues Brothers



Fra børneopvisningen

tede på en og forklarede vedkommende noget, så glemte han at tælle imens, hvilket forlængede tiden vi stod med benet oppe i luften. Hvis vi blev bare lidt trætte og lænede overkroppen lidt ned til modvægt for benet oppe i luften, så kom John Chung eller frøken Moore straks og rettede på os. Heldigvis blev træningen trods alt ikke særlig hård.

Tirsdag blev iøvrigt dagen med et par sure miner. Der kom en repræsentant fra Ebeltoft Brandvæsen og kontrollerede, at der var de lovpligtige tre meter mellem hvert telt. Derefter måtte 20-30 telte flyttes. For at være helt sikker på at der var plads nok til en brandbil, stillede brandmanden igen onsdag med en brandbil, for at tjekke at der var plads til den. Det var der.

Om aftenen var der en times fri adgang til en kold dukkert i svømmehallen. En time, hvor bassinet blev fyldt temmeligt godt op af mange livlige og glade lejrdeltagere, der virkelig morede sig.

Onsdag formiddag havde vi på hold 6 den danske kamp-landsholdstræner, Ko Tai Jeong. En god ikke hård træning, hvor vi

lavede en del samarbejdsøvelser og spark, hvor vi stod over for hinanden to og to.



Lejrens instruktører

Om eftermiddagen var der først en taerobic-træning, hvor vi var slået sammen de højeregraderede. Taerobic viste sig at være taekwondo lignende øvelser der bliver udført uden tælling og med musik til næsten uden afbrydelse. Der var cirka dob-

belt så mange tilskuere, som der var aktive på gulvet. Det viste sig da også at være rimeligt hårdt, også for vores instruktør, der kom fra Silkeborg Taekwondo Klub. Men de fleste aktive synes godt om den måde at træne på og foreslog derfor instruktøren, at han skulle sætte øvelserne i forbundsbladet. En time efter vi var færdige med Taerobic, skulle vi så prøve karate, med et par instruktører fra Randers Karate Klub. En ikke hård, men spændende lektion.

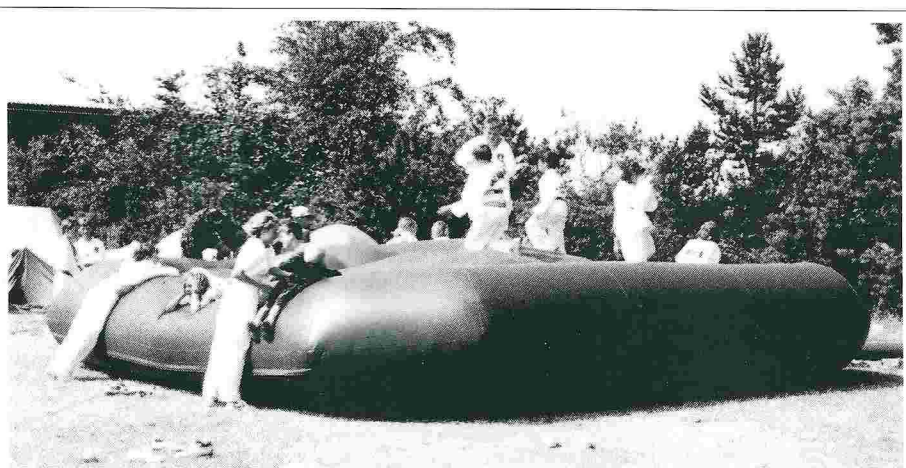
Senere var der taekwondo-opvisning. Et af de bedste indslag i opvisningen var med Bo Kruse og hans børnehold. Desværre kunne Bo Kruse overhovedet ikke styre børnene, uanset hvad han satte dem til, så gjorde de nøjagtigt, hvad der passede dem. Heldigvis for Bo Kruse kom den ca. 11 årige Gitte Arnum fra Esbjerg Taekwondo Klub (datter af Lars Arnum, der er kendt fra instruktørkurserne) ham til undsætning. Hun kunne lynhurtigt styre alle børnene og kørte derefter

ter resten af børnenes opvisning (næsten ikke suffleret af Bo Kruse). Dang Dinh Ky Tu og Henk Meyer viste sig også at være i bedste opvisnings-show-form.

Om aftenen var der grill-aften, så de af os, der havde købt madkort, kunne få sig en omgang grillmad. Det må siges, at der blev kø til maden. Da køen var længst tog det 33 minutter at nå frem til bordet.

Om eftermiddagen havde vi Thomas Filyo, en vældig god, glad ikke hård træning. Sidst i træningen skulle vi konkurrere mod 2. og 3. kupperne i et lille spil. Desværre var det for hård en tanke for de disse højere-graderede, at de kunne risikere at tabe til os lavere-graderede, så de snød og vandt. Så os på hold 6 måtte nøjes med den moralske sejr. Vi havde ellers et vældig godt kampråb „ost“.

Om aftenen var der afslutningsfest. Under festen var der en miss sommerlejr 1995 konkurrence blandt alle de kvindelige lej-



Hygge på hoppepuden



Jerooen fra Holland ved opvisningen



Pedicure i Esbjergs kvindeafdeling

deltagere. Sejren gik til en pige fra Israel. Derudover endnu en festaften, hvor folk mødte sig temmelig godt.

Fredag eftermiddag skulle vi have den sidste træning, men mange var taget hjem, eller var ved at tage hjem, så vores hold blev slået sammen med 2./3. kupperne. Den første del af træningen stod landstræner Ko Tae Jeong for. Den sidste del af træningen stod Bjarne Sørensen for. Ko lagde ud med en dejlig omgang massage, efterfulgt af lidt kamptræning. Bjarne fortsatte med kamptræningen, men gik over i et skridts kamp, hvor vi skulle lave en bestemt teknik. En almindelig god ikke hård træning.

Jeg spurgte en tysker om, hvad han syntes om lejren, han svarede: „Virkelig godt. Godt arrangeret. Gode træninger. Folk morer sig og der er godt kammeratskab på tværs af klubber og lande. Folk sidder ikke sammen klubvis, de hygger sig med andre, uanset klub og land. Vi tog nogle stykker herop for at se den danske lejr, men til næste år vil vi gøre, hvad vi kan for at få en hel busfuld med“.

Set i bakspejlet, så fik vi på hold 6 ingen deciderede hårde taekwondo-træninger. Så hvis der er nogen, der bliver væk fra disse lejre, af frygt for hårde træninger, så vær ikke bange for at møde op på vinterlejren i Holstebro 27.-30. december. Og på næste års sommerlejr, der afholdes i Esbjerg. Apropos Esbjerg, jeg mødte lederen af næste års sommerlejr, Torben Madsbøll, på lejren, han afslørede, at de vil forsøge at gøre sommerlejren mere kundeorienteret. Således at man ved eftermiddagstræningen selv kan bestemme, hvad man vil træne. Man kan for eksempel lægge et skema der siger, de første par dage vil jeg træne kamptræning og de sidste par dage vil jeg træne poomse. Der vil igen blive lavet seniortræning. Der vil blive lavet meget mere omkring børnene, for eksempel således at de kan komme med på lejren uden at have en leder med og alligevel være i gode hænder her. Og vi vil

lægge flere aktiviteter ind i programmet. Vi forsøger også at få nogle overraskelser med på trænersiden, men mere vil jeg ikke afsløre endnu. Sagde Torben Madsbøll.

Men Carsten Stiegers og co. kan nu se tilbage på at have arrangeret en sommer-

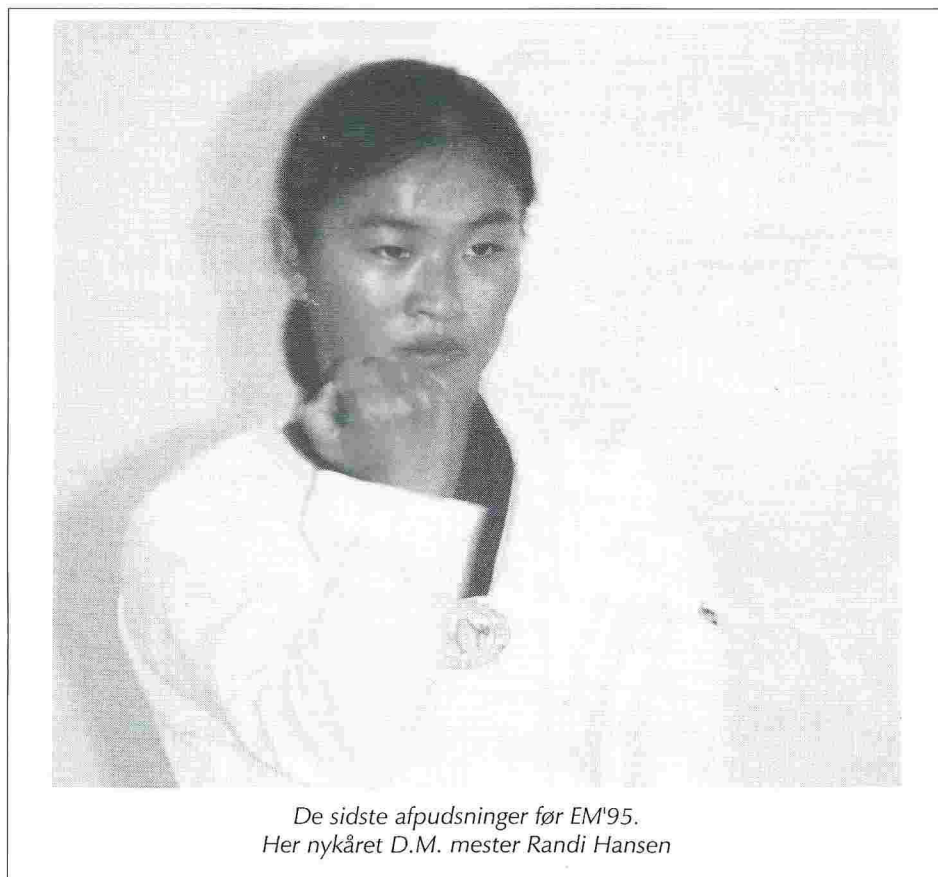
lejr, hvor mange folk havde mange sjove og underholdende timer, i selskab med andre taekwondo-interessererede folk fra både ind- og udland.

*Venlig hilsen
Klaus Bruhn
Pr-sektionen*

E.M. i figurøvelser

E.M. i figurøvelser står i skrivende stund for døren, og det danske landshold har forberedt sig optimalt til denne internationale begivenhed som finder sted i Skt. Petersborg i

Rusland. Forbundsbladet bringer i næste nummer en stor artikel om stævnet, hvor vi håber at kunne fortælle om mange flotte placeringer.



*De sidste afpudsninger før EM'95.
Her nykåret D.M. mester Randi Hansen*

Børnekampe

Børnkampe fungerer i det store og hele som voksenkampe. Der er dog en væsentlig forskel og det er - som alle ved - at man ikke må sparke i hovedet. Hovedet er i Taekwondokamp sammenhæng defineret, som halssens over kravebenet. Jeg vil her prøve at gennemgå, hvad der sker, hvis man ikke kan overholde dette. Der er tre forskellige sank-

tioner dommeren kan idømme kæmperen.

Hvis angrebet er rettet mod hovedet, uden kontakt, kan dommeren alligevel give angriberen en advarsel. Dvs. at hvis man laver baldeung dollyochagi 1 meter fra modstanderens hovedet, men i høj sektion kan dommeren uddele en advarsel.

Hvis der er kontakt i hovedet er der en ting dommeren skal kigge efter. Var angrebet til-sigtet eller var angrebet utilsigtet. Der er kun 2 muligheder for at et angreb er utilsigtet. Den ene er hvis man f.eks. sparker sin modstander i brystet og foden glider op i hovedet. Den anden er hvis modstanderen dukker sig lige idet man sparker. Dvs. at et spark man har planlagt til at skulle ramme på vesten rammer i hovedet. I disse tilfælde skal man altså have et minuspoint. I alle andre tilfælde må kontakt i hovedet ses som forsætligt og kæmperen skal idømmes diskvalifikation. Det sker ikke så sjældent, at en god kæmper er foran og pludselig taber fordi han har sparket sin modstander i hovedet. For en god ordens skyld skal det nævnes at kontakt, skal forstås som kontakt af enhver grad og art, med fod, hånd, arm osv. Dvs. hvis børnekæmperne „kommer til“ at røre modstanderen meget lidt i hovedet, er der stadig kontakt i hovedet. Det er derfor vigtigt, at man træner nok derhjemme til at kæmperne ikke „kommer til“ at sparke højt.

*Med venlig hilsen
Karsten Sørensen, Århus*



*Fuld
koncentration*



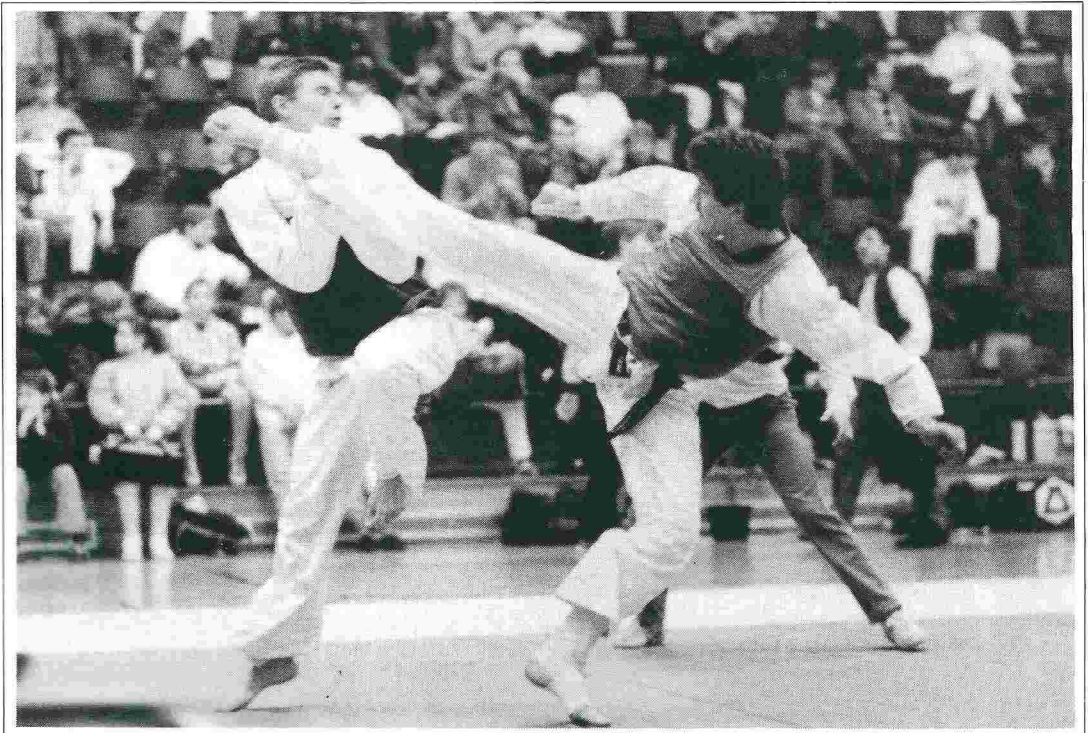
*Høje spark til træning, ja
- men ikke i kamp*

Historisk hjørne

Flemming Andersen (t.v.)
Holstebro

Michael Knudsen
Slagelse

Fra DM 1985
78-83 kg.



Hovedimportør af Macho produkter i Danmark

PRO-SPECS®

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

kr. 439,-



Træningssko

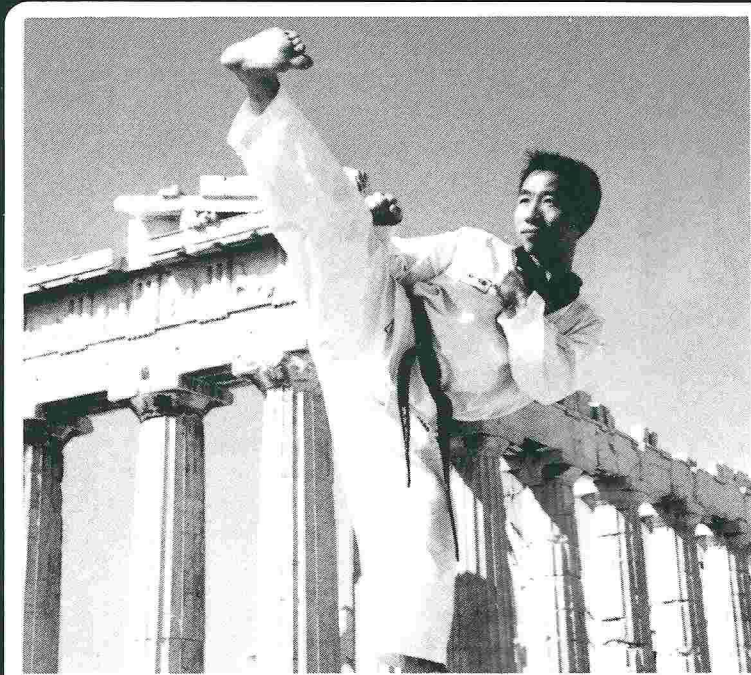
i ægte skind med støddæmpende indlæg. Str. 33-47

kr. 330,-

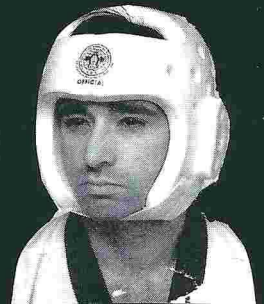
PRO-SPECS®

Macho Dobog

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



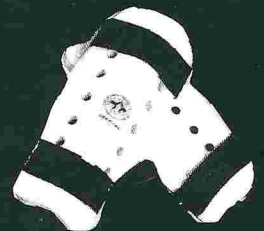
Kyto D. Dang - Guld ved EM i poomse 1993
Dansk mester 1988 - 1995



Macho hovedbeskytter

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

kr. 375,-



Macho ben- og armbeskytter

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

kr. 190,-



MACHO

MARTIAL ARTS®

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

CH TRADE

ALT i det sidste nye
TAEKWONDO udstyr

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

Det nye Dan Pensum

1. Dan - sort bælte

Krav om tidsinterval:

6 måneder fra 1. kup graduering.

Krav om gennemførte kurser inden 1. dan gradueringen:

(kun over 15 år).

Instruktør I eller tilsvarende.

Stand:

Haktari - seogi

Tranestand

Håndteknik:

Betangson teok chigi

Slag om hage m. håndrod

Hanssonal momtong makki

Enkelt knivhåndsblokering

Keumgang makki

Diamant blokering

Keun-dolcheogi

Stort hængsel

Santeul-makki

Bjerg blokering

Anpalmok heckeyomakki

Midter sektion adskille blokering

Benteknik:

Han Bon Kireugi:

19 stk.

Sam bon Kireugi:

17 stk.

Kiereugi:

- 3 x 3 min. med beskyttelsesudstyr

- kamp mod 2 modstandere.

Poomse:

Poomse koryo

Gennembrydning (kun over 15 år)

2 brædder 1 slag stående + 1 flyvende spark (m. tilløb).

Teori:

Skriftlig teoriprøve som indeholder spørgsmål om teknikker/poomse'er/DTF/WTF m.m.

2. Dan - sort bælte

Krav om tidsinterval:

2 år fra 1. dan graduering

Krav om gennemført kurser inden 1. dan graduering

(kun over 15 år).

Instruktør II eller tilsvarende.

Stand:

Håndteknik:

Sonnal arae hechyomakki

Lav sektion "adskille" blokering m. knivhånd

Keumgang momtong makki

Diamant blokering i midtersektion

Jegeun dolsheogi

Lille hængsel

Miteuropaegi

Trække under

Benteknik:

Han Bon Kireugi:

19 stk.

Sam bon Kireugi:

17 stk.

Kiereugi:

- 3 x 3 min. med beskyttelsesudstyr

- kamp mod 2 modstandere.

Poomse:

Poomse keumgang

Gennembrydning (kun over 15 år)

2 brædder 1 spark stående + 1 flyvende spark (evt. m. tilløb).

Teori:

Skriftlig teoriprøve som indeholder spørgsmål om teknikker/poomse'er/DTF/WTF m.m.

3. Dan - sort bælte

Krav om tidsinterval:

3 år fra 2. dan graduering.

Krav om gennemførte kurser inden 3. dan gradueringen:

(kun over 15 år).

Instruktør II eller tilsvarende.- (Bliver ændret i takt med DTF delmål nr. 1).

Stand:

Håndteknik:

Geodeureo eolgol yeop makki

Høj hjælpe side blokering

Hechyo santeul makki

"Adskille" bjærg blokering

Dan gyo teok-chigi

En hånd trækker og den anden

Meonge-chigi

udfører apchigi (deungjumeok)

Benteknik:

Drej krop og udfør yeop-chagi

Momdolmyo yeop-chagi

Han Bon Kireugi:

19 stk.

Sam bon Kireugi:

17 stk.

Kiereugi:

- 3 x 3 min. med beskyttelsesudstyr

- kamp mod flere modstandere.

Poomse:

Poomse Taebaek

Gennembrydning (kun over 15 år)

3 brædder 2 spark + 1 slag

1 spark stående efterfulgt af slag, derefter flyvende spark eller

1 spark stående efterfulgt af flyvende spark med slag

Teori:

Skriftlig teoriprøve som indeholder spørgsmål om teknikker/poomse'er/DTF/WTF m.m.

4. Dan - sort bælte

Krav om tidsinterval:

4 år fra 3. dan graduering.

Krav om gennemførte kurser inden 4. dan gradueringen:

(kun over 15 år).

Instruktør II eller tilsvarende.- (Bliver ændret i takt med DTF delmål nr. 1).

Stand:

Håndteknik:

Sonnal arae eotgeoreomakki

Lav krydshåndsblokering m.

Sonnaldeung momtongmakki

knivhånd

midter sektion

Omvendt knivhåndsblokering i

Keureo-olligi

Hwangso makki

Sonbadak geodeureo yeop makki

Trækker opad

Bawi milgi

Okse blokering

Chet-tari-jireugi

Håndfladen hjælper sideblokering

"skubber en stor sten".

Begge jumeok udfører slag i

momtong

Benteknik:

Han Bon Kireugi:

19 stk.

Sam bon Kireugi:

17 stk.

Kiereugi:

- 3 x 3 min. med beskyttelsesudstyr

- kamp mod flere modstandere.

Poomse:

Poomse Pyongwon

Gennembrydning

3 brædder i luften

Spark eller slag, dog min. 2 spark

Teori:

Skriftlig teoriprøve som indeholder spørgsmål om teknikker/poomse'er/DTF/WTF m.m. Skriftlig afhandling om Taekwondo.



Danish open for nybegyndere

Det er lørdag morgen, den 14 maj.
Det er tidligt - alt for tidligt.

Man tænker ved sig selv: „Hvis knægten vil dyrke tae-kwon-do, så vær'sgo, men hvorfor skal det gå ud over os - de uskyldige forældre?“

Det er sådan nogenlunde de tanker, der går igennem vore hoveder, på vejen til Odense Idrætshal denne lørdag morgen, hvor vi i en hel weekend skal hjælpe til ved afviklingen af Danish Open '95.

Vi, er Lone og Ole, forældre til Michael, 9 år (hvidt bælte med gul snip) og Martin, 6 år (ikke-tae-kwon-do-dyrker - endnu).

Vi har meldt os nogenlunde frivilligt, og er blevet sat til henholdsvis køkken- og kontrollør/transport-tjeneste. Vores forudgående kendskab til denne sportsgren begrænser sig til, at vi har overværet Michael's træning, mens selve konkurrencedelen er os helt fremmed.

Hvilke forventninger går vi så til opgaven med. Udsigten til nogle lange dage? - ja, lidt. Hårdt arbejde? - måske. Muligheden for at lære noget om denne fremmede kampsport? - meget gerne. To børn, som bliver trætte, umulige og svære at holde beskæftigede? - helt sikkert!. Alt i alt: udsigt til en blanding af godt og ondt.

Og hvordan går det så? Vi må heldigvis konstatere, at weekenden ikke lever op til forventningerne. Dagene føles ikke lange, tværtimod. Arbejdet er kun delvis hårdt (køkkentjenesten), mens kontrollør/transport-jobbet må betegnes som afslappet (det mest ophidsende er en ung mand, der for-gæves forsøger at snyde Bo med det gamle „jeg-skal-bare-låne-toiletet“-nummer). Med hyppig afløsning bliver der desuden god tid til at lære nyt inde i hallen. Køkken-folket er på dette punkt knap så heldige, idet de først sent på dagen har mulighed for at komme og kigge på. Endelig er børnene - af en eller anden grund - hverken trætte eller umulige. Der er højt humør hele weekenden.

Hvilket indtryk får man af tae-kwon-do-folket, hvis man ikke har oplevet dem i større mængder ad gangen før? Vi har begge tidligere dyrket en del sport indenfor forskellige sportsgrene og i forskellige klubber. Sammenfattende kan vi konstatere, at vi aldrig har oplevet så mange høflige, disciplinerede og samtidig meget seriøse sportsfolk samlet på ét sted, med så få problemer. Et utroligt sammenhold, ikke bare indenfor klubberne, men også klubberne imellem, er det gennemgående træk. Alle kender alle, og er der nogen man ikke kender, så er det ikke noget problem. Alle bliver venligt modtaget.

Selve sporten kan virke voldsom for os udenforstående, og enkelte skader bliver det da også til i løbet af de to dage. Men alt foregår under meget kontrollerede forhold, sikkerheden er OK, dommerne har styr på kampene (der kommer i hvert fald forbavsende få protester til udtryk i forhold til andre sportsgrene), og kæmpere, som det ene øjeblik har slået løs på hinanden, opleves det næste øjeblik i venskabelig samtale i cafeteriaet. Kort sagt: stævnet har ikke givet nogen som helst betænkeligheder for så vidt angår at lade vores børn dyrke tae-kwon-do, tværtimod.

Man kan ikke undgå at blive lidt imponeret af disse eliteudøvere i kamp. Selvfølgelig springer brødrene Salim lidt mere i øjnene, måske fordi vi kender navnene. Men at se dem, det ene øjeblik tilsyneladende afslappede, det næste hængende højt oppe i luften, sparke med det ene ben, dreje rundt, sparke med det andet ben - alt sammen i én bevægelse, og uden at ramme gulvet! Imponerende. Begrebet „kattesmidig“ får ny mening.

Som det vist fremgår, er der ikke mange - om overhovedet nogen - fingre at sætte på arrangementet. Bortset fra altså at vi skulle forbandet tidligt op om morgenen. Set med vore „amatør-briller“ er det et uhyre vellykket stævne, gennemført i en for os overraskende positiv ånd. Mon ikke vi er til at få ud af sengene næste gang også?

Lone og Ole B. Nielsen

WEEKENDTRÆNING I BRANDE

16.-17. marts 1996

I 1976 startede Charles Maibom Brande Taekwondo Klub, altså har klubben 20 års jubilæum.

Det skal bl.a. fejres med en speciel weekend træning, hvor der kommer 4 superinstruktører.

CHOI KYOUNG AN, 8. DAN
KO TAE JEONG, 7. DAN
BJARNE SØRENSEN, 4. DAN
NIELS PETER, 4. DAN

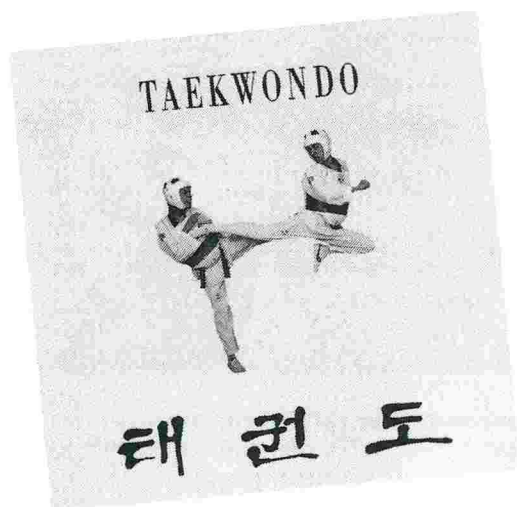


Jubilæumsprisen for disse 4 træninger og 3 måltider: **kun kr. 200,-**

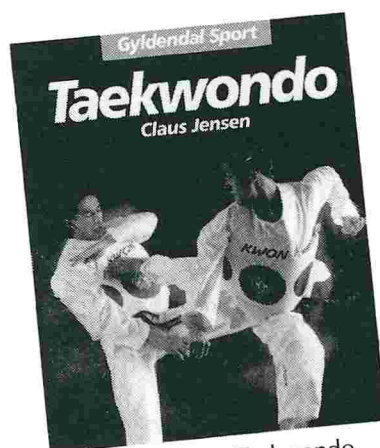
Yderligere oplysninger og tilmelding kan ske ved henvendelse til:
Hans Pedersen, Poppelvej 6, 7330 Brande, Tlf. 97 18 30 47

Seneste tilmelding 1. marts 1996.

Køb i sekretariatet



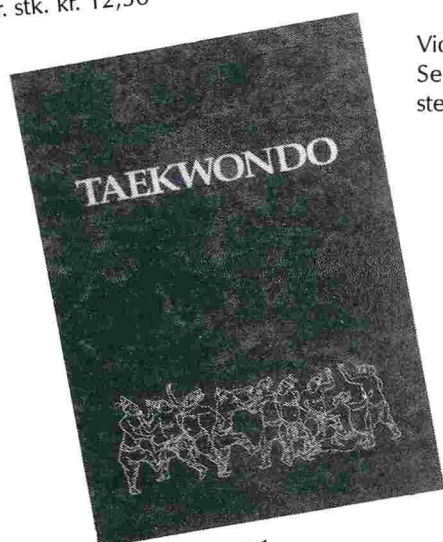
Sponsorprospekt.
Værktøj til sponsorjagten.
Pr. stk. kr. 12,50



Gyldendal Sport - Taekwondo.
Indeholder pensum til grøn bælte
96 sider
Kr. 168,00



Taekwondo - Info-folder.
Almen info om TKD.
Pr. stk. kr. 1,00



Videobibliotek:
Se annonce andet
steds i bladet.

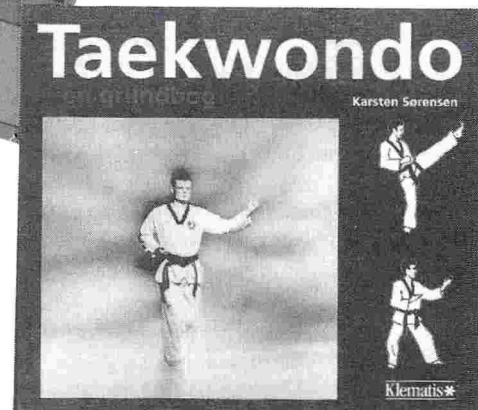


Plakat (A3 format) m/plads til
egne oplysninger. Gratis

TAEKWONDO 1.
Indeholder Taegeuk 1-8 samt al
teori. 233 sider
Kr. 149,00
TAEKWONDO 2.
Indeholder Poomse 1.-9.Dan
samt al teori 254 sider Kr. 149,00



DTF'S OFFICIELLE
GRUNDTEKNIKBOG.
Indeholder alle teknikker
og teori. 112 sider
Kr. 162,50



Taekwondo - en grundbog
af Karsten Sørensen
Pris kr. 248,00

HUSK
AT DIN KLUB KAN
KØBE FOR 10%
af det indbetalte
kontingent.

Forbundet kan
oplyse om jeres
saldo.



DTF's officielle
medalje G, S & B.
Pr. stk.
Kr. 43,75

Alle priser er incl. moms.
Gebyr for forsendelse og porto oplyses på sekretariatet:

Dansk Taekwondo Forbunds Sekretariat • Herningvej 35 • 8600 Silkeborg • Tlf. 86 81 16 36 • Fax 86 81 30 61

Danish Open contra opdragelse

Jeg er meget glad for, at jeg ikke er en eneste udøver, som har været opmærksom på, at der har været nogle holdnings- og opdragelsesmæssige problemer indenfor vores kultur. Jeg vil gerne sige, at det er lækkert at Bente, Jette fra Bellinge Taekwondo og Karsten Sørensen fra Århus også har villet stå frem. Jeg kunne forestille mig at der er mange, som har haft den samme fornemmelse ved andre turneringer landet over.

MEEEEEN nu skete det igen. Denne gang dog „kun“ med Gladsaxe. Det var en kamp mellem Tai Pei og Gladsaxe. Gladsaxe vandt knebent. Uheldigvis var der en tilhænger fra klubben (Gladsaxe) som tilskuer, der var aldeles utilfreds med udfaldet. Dette resultat er i at vedkommende råbte meget højt, og jeg citerer: „Mother fucker“ til en af dommerne. Nu var den ene dommer uheldigvis en fra Tai Pei, som meget hurtigt blev temmelig ophidset. Glædeligt var det dog at se

at der findes retfærdige elitekæmpere, for Gladsaxes kæmper gik først hen til sit „fan“ og fik ham gennet væk fra kampzonen, hvorefter han personligt gik hen til dommeren fra Tai Pei og undskyldte mange gange. Denne undskyldning blev da også modtaget. Efterspillet var dog ikke noget at råbe hurra for. Der hvor klubben havde sit sted i hallen, sad klubbens ledere, som om der overhovedet ikke var sket det mindste. Når det skrives sådan, er det fordi kampen blev kæmpet lige ved siden af. Det kan man kalde pasningsordning af rødderne!

Resultaterne af kritikken fra sidste forbundsblad har vist sig at bære frugt. De nærmere kendsgerninger kender jeg ikke, men mener det er helt i ånd med „at skære den rådne brod fra kroppen“ ved at udelukke Gergely Salim fra bruttolandsholdet. Bedre respekt kunne måske være med til at yde hans præstationsniveau!! Jeg synes dog, det

er synd for fremtiden i dansk Taekwondo at Gergely umiddelbart har forspilt sin chance for at yde sit kvalitative bidrag med sit unikke talent. Dermed håber jeg, at han kommer på bedre tanker og eventuelt gør et comeback inden længe.

Dette kunne måske se ud til at udvikle sig til en personlig klubfølgelse. Sandheden skal dog hellere ses i lyset af, hvilke og hvor mange klubber, som i virkeligheden bidrager med kæmperne. Jeg udelukker ikke muligheden for, at der er andre klubber med sidestillede tendenser, men jeg håber også som Jette og Bente fra Bellinge, at medierne ikke begynder at tale om Taekwondospark, når der forekommer vold på gaden. En ligegyldig holdning til hvad, vi går og laver, kan ret hurtigt gå over i en „laden stå til“ event, hvor der ikke er så langt til at fyre et spark eller slag af „fordi det er nemt“. Håber ledelsen vedbliver med at have brede skuldre.

Kærlig hilsen

Robert Brandt-Nielsen, Haderslev

DIF's Lægeværelser

DIF's lægeværelser er kun for medlemmer af idrætsforeninger under Danmarks Idræts-Forbund. Man bør derfor medbringe medlemsbevis.

Rigshospitalets Idrætsklinik:

Blegdamsvej 9, opgang 2, 2100 København Ø.
Tidsbestilling: Tlf. 35 45 20 05.
Lægerne Michael Kjær, Bent Mortensen, Henrik Galbo, Jens Bagger og Tom Nicolaisen.
Mandag og torsdag kl. 17.00-18.30.

Glostrup:

Vestkommunens Idrætsklinik, KAS Glostrup, fysiurgisk Afd.
Lægerne Peter Angermann (vikar) og Anders Mørch.
Tirsdag og torsdag kl. 18.00-20.00.

Hellerup:

Idrætsklinik Nord, KAS Gentofte, fysiurgisk afd. U. opg. 6A, 1.
Lægerne Anne-Marie Nygaard og Lone Christophersen.
Tirsdag kl. 17.45-20.00

Herlev:

Idrætsklinik NORD-VEST, KAS Herlev.
Fysioterapiafsnit 3,2. Tlf. 44 53 53 00 lokal 3836.
Læge Finn R. Jahnsen. Torsdag kl. 18.00-10.30.
Tidsbestilling på torsdag kl. 17-19.

Esbjerg:

Lægeværelset, Stadionhallen.
Læge Niels Løvgren Frandsen.
Mandag kl. 18.30-20.00.

Hillerød:

Centralsygehuset, fysiurgisk ambulatorium. (0621).
Læge Leif Berner Hansen.
Tirsdag kl. 17.30-19.00.

Hjørring:

Kongensgade 11.
Læge Willy Lade.
Tirsdag kl. 17.00-18.00. Tlf. 98 92 91 22.

Holbæk:

Ahlsgade 32.
Læge B. Gramkow.
Torsdag kl. 17.00-18.00 eller efter aftale.

Holstebro:

Bisgårdsgade 6.
Læge Henning Svelle.
Konsultation efter aftale. Tlf. 97 41 30 11.

Horsens:

Parkhallen, Langmarksvej 47. Læge Gert Mandrup Rasmussen.
Mandag kl. 17.00-18.00. Tlf. 75 62 68 20.

Næstved:

Lægecentret, Torvestræde 8,1. Læge Jesper Jespersen.
Tirsdag kl. 17.00-18.00.

Randers:

Nørrevangsskolens lægeværelse, Glentevej. Læge Steffen Skov Jensen (vikar).
Torsdag kl. 19.00-20.00.

Roskilde:

Solrød Idrætscenter, Tingrydsalle 27.
Overlæge John Kofoed og læge Gunnar Barfod.
Tirsdag kl. 18.00-19.00.

Rønne:

Bornholms Amtssygehus. Læge Ole Nyby. Tirsdag kl. 18.00-19.00.

Slagelse:

Tribunen, Parkvej. Læge Peter Lund. Mandag kl. 18.00-19.00.

Sønderborg:

Kongevej 45. Læge P.H. Gocht-Jensen. Mandag kl. 19.00-20.00.

Vejle:

Idrætsskolen, kursuscentret. Læge Jens Elers.
Mandag og torsdag kl. 17.30-19.00.

Århus:

Idrætsklinikken, Kommunehospital. Overlæge Thorsten Ingemann Hansen. Torsdag kl. 17.00-19.00. Kun efter henvisning fra idrætslæge eller egen læge. Idrætslægeværelset, Århus Stadion.
Læge Thomas Hahn.
Tirsdag kl. 19.00-20.00.

AMTSKOMMUNALE FORSØGSORDNINGER

Fyns amt:

Idrætsmedicinsk klinik, Kirurgisk Ambulatorium, Odense Sygehus.
Tlf. 66 11 33 33, lokal 1647.
Tirsdag, onsdag, torsdag kl. 15.00-18.00.

Nordjyllands amt:

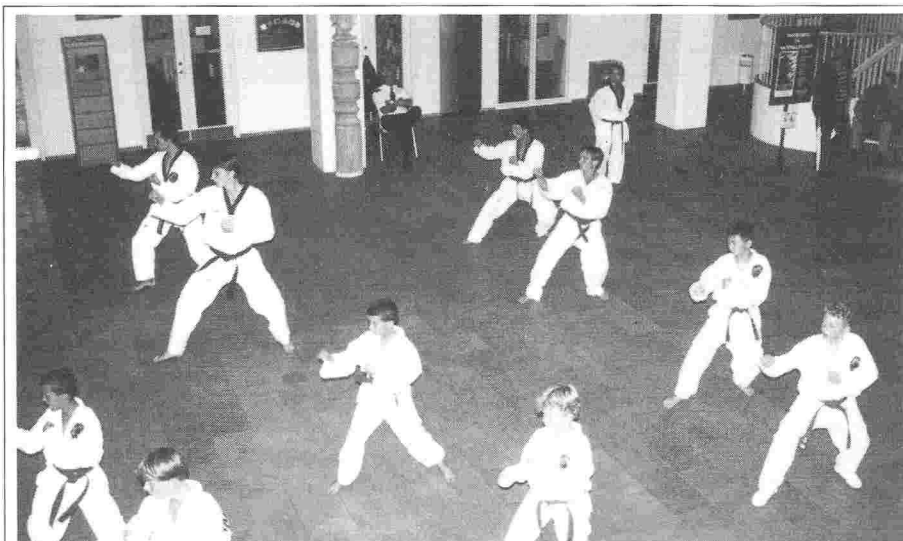
Aalborg Sygehus Syd, Idrætsmedicinsk klinik, ortopædkirurgiske ambulatorium. Tirsdag og torsdag kl. 16.00-18.00.
Kun efter henvisning fra idrætslæge eller egen læge.

Taekwondo på Nationalmuseet

Aftenen før WCTT løb af stablen havde Danmarks Idrætsforbund for en aften forvandlede det meste af det indre København til en stor sportsplads, med opvisninger af alle mulige sportsgrene, og muligheder for at prøve samme.

Selvfølgelig var Taekwondo også med her. Kaj fra Nørrebro havde lagt et stort arbejde i at præsentere tkd på en pæn måde, hvilket jeg også syntes lykkedes for ham med flotte opvisninger, plancher og udstilling af tkd udstyr.

Selve opvisningerne blev ledet af Tu med elever fra Nørrebro tkd klub. Det mest spændende for os som før har set opvisninger, var stedet opvisningerne blev holdt, nemlig i Nationalmuseets store forhal. Denne kæmpestore hal med meget flot lys- og lyddekning gav opvisningerne et fantastisk pift.



Elever fra Nørrebro på Nationalmuseet

Dansk dommer i verdensklasse

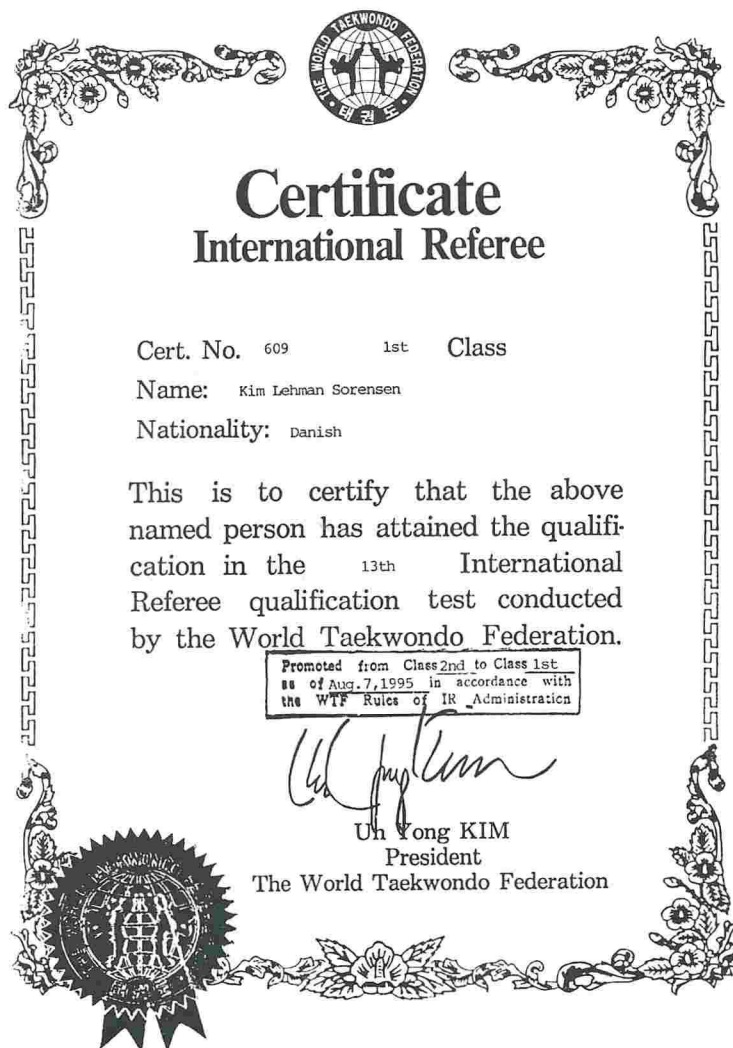
Dansk Taekwondo Forbund har fået sin første dommer af graden 1st class.

Det er HB medlem og formand for dommersektionen Kim Lehman som har opnået den fornemme titel på et netop afholdt seminar for internationale dommere.

Ligesom tkd-udøvere har bæltegrader findes der også forskellig klassifikation af dommerne.

Med sin nye dommergrad kan Kim nu påtage sig de mest ansvarsfulde job som f.eks. hovedjurydommer ved verdensmesterskaber og lignende stævner.

TILLYKKE



Lidt - men godt

Skulle du en dag have lyst til at smage noget rigtigt lækkert, skal du have gæster, eller holde fødselsdag for dine kammerater skulle du prøve at lave KIMBAP. Kimbap er koreanske risruller, og er utrolig populære i Korea hvor de bliver spist når man tager på skovtur eller ved andre lidt specielle lejligheder.

Det kræver lidt øvelse at få rullerne til at blive rigtig pæne, men giv ikke op, og glæd dig til en fryd for øjet og ganen. Hvormeget du skal bruge af de forskellige ting afhænger af hvormange ruller du skal lave, og husk at strimlerne af de forskellige ting skal være meget tynde.

Ingredienser:

Tynde tangplader

Gulerødder

Grøn Peber

Kogt skinke

Varm kogt grødris

(ris koges som alm. løse ris)

6 dl. vand til 4 dl. ris koges i 10-12 min.

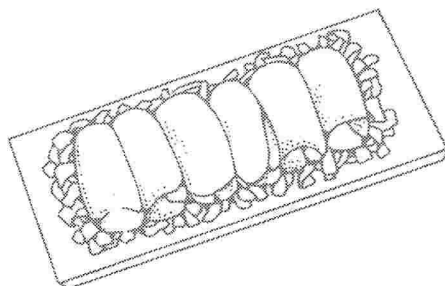
I stedet for tangplader kan benyttes æggepandekager.

Pisk æggene godt sammen. Tilsæt lidt salt. Æggemassen steges på en pande med lidt olie.

Æggepandekagen laves så tynd som muligt.

Peberfrugten renses og skæres i fine strimler. Guleroden skrælles og skæres i strimler på langs. Kogt skinke skæres i lange strimler. Peberfrugt og gulerod drysses med lidt salt. Efter 5 min. skylles saltet af og grønsagerne tørres godt af med køkkenrulle. Peberfrugt, gulerod og skinke svitses på en varm pande med lidt olie. Den kogte varme grødris blandes med lidt sesamolie/salatolie samt salt og peber.

På de tynde tangplader/æggepandekager lægges et ca. 1 cm. tykt lag ris. Strimler af peberfrugt, gulerod og skinke lægges ovenpå ris. Herefter rulles tangpladen/æggepandekagen som en roulade. Rouladen lægges i køleskab til dagen efter, hvorefter den skæres i skiver på ca. 1-2 cm.



Nyt fra Region Syd

Familieudflugt den 25. maj 1995

Region Syd havde planlagt en familieudflugt på Kristi Himmelfartsdag den 25. maj 1995.

Det var regionens håb at „dagen“ ville blive så stor en succes, at det kunne betale sig at afholde en hvert år.

140 tilmeldinger kom der - 90 børn og 50 voksne - fra 5 klubber: Ribe, Fredericia, Kolding, Skærbæk og Nordborg.

Det var gråt, fugtigt og køligt i vejret da vi alle mødtes foran Sommerland Syd i Tinglev. Vejret havde ellers været så godt i flere uger, men i det mindste regnede det ikke.

Alle var i godt humør og vældig oplagte - børnene kunne næsten ikke vente med at komme ind - men der var altså lige et par punkter på dagsordenen der skulle ordnes inden det gik løs i Sommerland Syd.

Først var der en fællestæning for alle børnene. Denne foregik på et stort grønt areal lige udenfor sommerlandet. Regionen havde hyret Bo Kruse fra Bellinge. Han sidder i Børn- og Ungeudvalget og er desuden på teknik-landsholdet. Det var lidt af en opgave for ham, ud af de 90 børn trænede ca. 75 børn. Thomas Holt som havde sin familie

med havde heldigvis tilbudt sin hjælp - derfor trådte han ind som hjælpetræner. Træningen skulle vare ca 1³/₄ time, men den sluttede lidt før tid. Børnenes indsats/koncentration bar tydelig præg af hvad der skulle ske senere.

Efter træningen var der fællesspisning på en udvalgt grøn plet inde i Sommerland Syd. Her kom de medbragte madkurve til deres ret.

Efter spisningen var der så mulighed for at boltre sig med de mange aktiviteter i Sommerland Syd. Desuden blev „det sociale samvær“ som vi taekwondo-folk er så gode til dyrket på højt plan.

Sidst på eftermiddagen mødtes vi igen ved indgangen. Dagen sluttede af med lodtrækninger af diverse sponsorerede gaver fra f.eks. Uni-bank og C. H. Trade, Køge.

Konklusion på det hele: Det havde været en meget vellykket dag - på alle måder. Der havde været deltagelse af både børn og voksne deriblandt mange kendte ansigter = ledere. Vi har moret os, hygget os med hinanden, udvekslet klub- og træningserfaringer m.m. Med andre ord en stor succes, som vi i regionen absolut vil gentage.

Gitte Pedersen
Region Syd

Vinterlejr

Dansk Taekwondo Forbunds Officielle Vinterlejr 1995

27. - 30. december (begge dage. incl)
Sct. Jørgensskolen, Døesvej, 7500 Holstebro.

Instruktører:

Choi Kyoung An.	8. Dan.	Ko Tai Jeong.	7. Dan.
Dang Dinh Tu.	5. Dan.	Luigi Melis.	5. Dan.
Claus Henriksen.	5. Dan.	Henk Meij'er.	4. Dan.
Bjarne Sørensen.	4. Dan.	Carsten Stigers.	4. Dan.
Karin Schwartz.	4. Dan.	Jesper Christensen.	4. Dan.

Lars Faurholdt Andersen 3. Dan Isshin Ryo Karate. Cheftræner Politiets karateskole. Lars vil bla. undervise i brug af Bo-stav, føregreb osv. En virkelig kapacitet på sit felt.

Vi arbejder stadig på at gøre Vinterlejren så spændende som muligt, men vi kan allerede nu nævne nogle af de ting, som vi kan tilbyde dig:

Dan/kupgraduering, velkomstparty, børnefest, svømmehal, seniortræning, non stop video og masser af god træning. Hvis alt går vel, vil din klub få tilsendt det endelige program med priser og andet godt, sidst i september. Vi håber på at se netop dig på Vinterlejren i Holstebro.

Yderligere oplysninger: Kim Thomsen, 9740 2687,
Bent Hansen, 9741 1393,
Klub, 9742 5603

Arrangør: Hwa Rang Do
Holstebro Taekwondo Klub.



TAEROBIC

I februar 1994 satte Silkeborgs trænerpanel et lille projekt igang for at få mere gang i klubben.

Nogle af årsagerne var en anstrengt økonomi og ønsket om at få flere piger i klubben, bl.a. vores egne, som gerne ville træne kamp og selvforsvar, men mente det var for hårdt på den traditionelle måde.

Et lille udvalg gik i gang med at udtænke og udvikle et work-out program som indeholdt taekwondo åndedræts- og udspændingsøvelser og styrketeknik i en aerobicform udført til passende musik, og ikke aerobic muzak.

Per gik så i 1 år og i februar '95 var der udarbejdet materiale nok til at vi kunne invadere skoler og institutioner til demonstrationstræninger.

I april '95 oprettede Silkeborg tkd så et hold af interesserede. Holdet fungerer i dag særdeles fint. Der er ikke noget nybegynder hold, og de nye falder fint ind i træningen, da øvelserne ikke er teknisk krævende.

Derudover er taerobic blevet introduceret i Århus og Skanderborg tkd klubber, samt på D.T.F.'s sommerlejr i Ebeltoft, hvor taerobic havde den officielle verdenspremiere. Silkeborg tkd er meget stolte over den positive modtagelse taerobic har fået, især af de ældre garvede udøvere.

Da interessen for denne kamp work-out overgår vores forventninger vil Silkeborg tkd gerne stå til rådighed, hvis der er flere som ønsker information om taerobic.

Hjemme i Silkeborg fortsætter træningen uændret, og vi skulle hilse og sige at taerobic er godt til „genoptræning“ af ældre medlemmer og for folk som gerne vil „slås med vægten“

M.V.H

Silkeborg tkd (Per & Natalie)

Nygade 1b

8600 Silkeborg

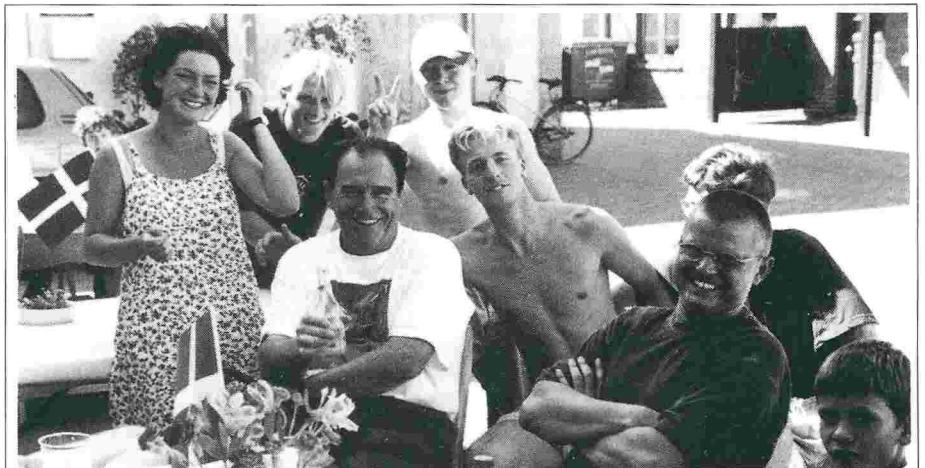
Tlf. 8681 31761

HOT DATE

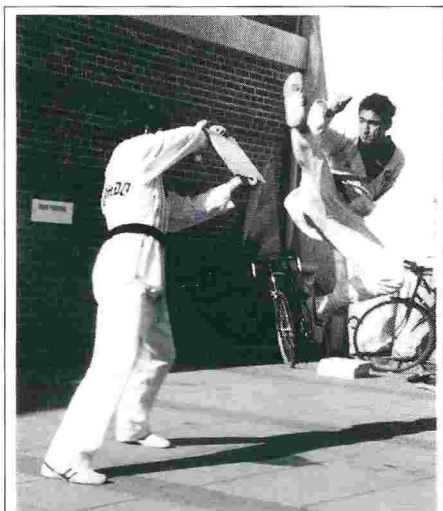
Silkeborg tkd's 20 års jubilæum

Lørdag d. 20 august afholdt STK åbent hus i forbindelse med klubbens 20 års jubilæum. Gamle medlemmer var derfor specielt indbudt og eftersom temperaturen sneg sig op omkring de 31 grader i skyggen blev mødet med STK en hot date.

Som eftermiddagen smeltede hen, blev der nydt et par fad, og lige så meget vand mens snakken gik mellem folk. Pludselig stod der et velkendt ansigt imellem os, og Tom



Tom kom forbi



Benny Kusk ved opvisning

McEwan var genkendt. Han havde set spisesedlen på gågaden og tænkte at det så spændende ud med dette Taikwondo, som han udtalte det, indtil han blev irettesat. Solidt plantet på en flad klapstol med en lunken squaash i hånden nød alle i gården denne venlige og uventede gæst som spredte hygge og bredte humor.

Traditionens sved

Intet jubilæum uden en opvisning. Så derfor gennemførte STK en udendørs opvisning, der trods varmen og det hårde underlag forløb fint. Også en af klubbens gamle kunne denne dag fejre sit 20 års jubilæum som aktiv. Det var Per Kjær, 4.dan, som efter

opvisningen fik en del at se til da alle ville hilse på jubilaren.

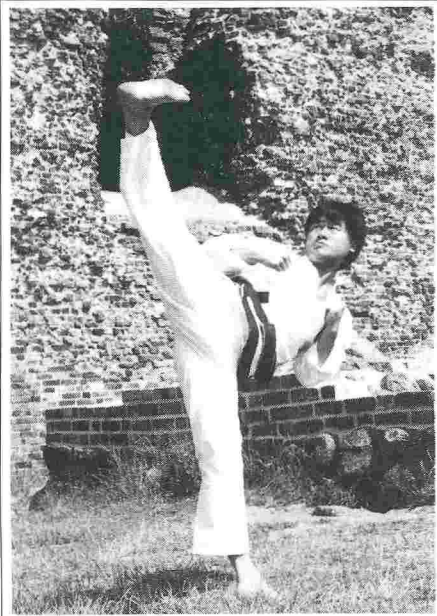
Nathalløj

Efter indtagelse af fast føde tog festen fart. Natten blev lang og først hen på de små timer rundede de „seje“ festen af inden der skulle ses dynen.

Alt i alt en god dag og nat. Til sidst vil vi gerne sige tak til dem som mødte op eller sendte os en hilsen, og specielt tak til forbundet for den fine gave.

Silkeborg TKD.

John Chung



John Chung

Et nyt navn på dette års sommerlejr var den amerikanske verdensmester John Chung.

John Chung er 36 år gammel og bor i Washington. Han er dog født i Seoul i Korea og kom først til U.S.A. i 1970. Indtil da havde han ikke været i kontakt med nogen form for kampsport. Men i og med at hans onkel er den berømte Jhoon Rhee gik der ikke lang tid før han var igang med taekwondo træningen.

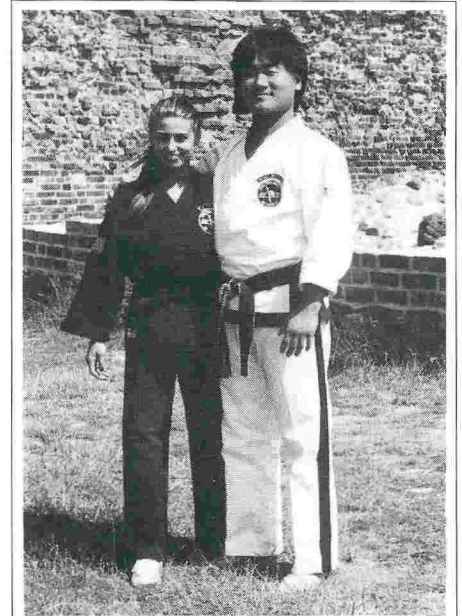
Selv om John Chung har sine rødder i I.T.F. har han ingen tilhørsforhold til hovedorga-

nisationen, og heller ikke til andre kampsportsorganisationer, idet han mener det vil låse ham for meget fast. Det er da heller ikke noget problem i U.S.A., da der findes så mange åbne stævner som hans elever kan deltage i, og det også er disse stævner som har flest deltagere.

Da John Chungs speciale er poomse og musik poomse er det også i disse konkurrencer hans elever deltager mest i. Poomse konkurrencer bliver større og større i U.S.A. Det er efterhånden sådan at folk kun kommer når der er poomse, og forlader hallen når kampene begynder. Denne udvikling startede for 20 år siden, hvor alle ønskede at kæmpe da de troede at de ville blive den ultimative kæmper. Det skete dog ikke og sammenholdt med dårlig organisation blev kampstævnerne mindre og mindre. Folk begyndte så at vende sig mod figurmesterskaberne. Udfordringerne her er ifgl. John Chung større, og flere folk kan deltage. Man har heller ingen „fjender“ ved figurmesterskaber således som man tit oplever det ved kampstævner. Sidst men ikke mindst er der meget større medie interesse for figurmesterskaber.

Den udvikling som har været i U.S.A. vil sandsynligvis også komme til Danmark. Dette kræver dog et generationsskifte indenfor ledelsen, således at den meget kamporienterede ledelse begynder at prioritere figurmesterskaberne højere.

John Chung selv var verdensmester i figurøvelser fra 1981 - 85, og i kamp i 1983.



Joey Mclemore og John Chung

Han var ikke blot vinder i sin egen gruppe men Grand Champion. Det er sådan at der konkurreres i både traditionel forme, musik forme og våben forme. Vinderen i de forskellige grupper dyster så om titlen som Grand Champion.

I 1984 brød John Chung med sin onkel og hans stilart, ikke fordi de blev uvenner, men fordi han følte at han nu måtte udvikle sin egen stil og særpræg. Dette har foreløbig givet ham 3 skoler på Long Island i New York, og han er netop nu ved at starte op i Washington.

C.S.

Konkurrence

Kunne du tænke dig at blive den lykkelige ejer af en lækker taske fra CH TRADE.

Så skal du blot svare på nedenstående spørgsmål og sende det til Forbundsbladet senest d. 1.12. 1995.

Spørgsmål: Hvad hedder den amerikanske olympiske mester, som er sponsoreret af MACHO ?

Spørgsmålet i sidste nr. var: Hvor mange stjerner er der i CH TRADE's logo?. Svaret er 3 - og vinderen af kampvesten blev Steen Pirupshvarre fra Tørring.



v/ Claus Henriksen
Hastrupvej 29, 4000 Køge
Tlf. 56 63 87 75 . Fax 56 63 87 74

Indsendt af: _____

Løsning: _____



Kurser i efteråret

INSTRUKTØR II

Dato: 30. september og 1. oktober 1995. (17 t. undervisning)
Sted: Bolbro.
Pris: 410,- kr. incl. kursusmaterialer og mad (+ evt. overnatningsgebyr).
Indbydelse: Udsendes senest 5 uger før kurset.
Tilmeldingsfrist: 14 dage før kurset, til kursusleder
Deltagerkrav: Ja, Instruktør I.
Deltagerbegrænsning: Ja, max 28 deltagere.
Kursusleder: Jørgen Figgé, tlfnr. 66 10 85 06.
Specielt: Dette kursus er lavet specielt til Taekwondo og underviserne er TKD-instruktører, som er godkendt af Danmarks Idræts-Forbund (DIF).

INSTRUKTØR II

Dato: 14.-15. oktober 1995. (17 t. undervisning)
Sted: Rødovre. Pris: 410,- kr. incl. kursusmaterialer og mad (+ evt. overnatningsgebyr).
Indbydelse: Udsendes senest 5 uger før kurset.
Tilmeldingsfrist: 14 dage før kurset, til kursusleder
Deltagerkrav: Ja, Instruktør I.
Deltagerbegrænsning: Ja, max 28 deltagere.
Kursusleder: Birgitte Boesskov, 31 85 19 65.
Specielt: Dette kursus er lavet specielt til Taekwondo og underviserne er TKD-instruktører, som er godkendt af Danmarks Idræts-Forbund (DIF).

IDRÆT FOR BØRN OG UNGE

Dato: 28.-29. oktober 1995. (12 t. undervisning)
Sted: Fredericia. Pris: 290,- kr. incl. kursusmateriale og mad (+ evt. overnatningsgebyr).
Indbydelse: Udsendes senest 5 uger før kurset.
Tilmeldingsfrist: 14 dage før kurset, til kursusleder.
Deltagerkrav: Ja, Instruktør I.
Deltagerbegrænsning: Ja, max. 28 deltagere.
Kursusleder: Jan Rudebeck, 75 93 45 24

TRÆNINGSLÆRE 1. DEL

Dato: 04.-05. november 1995. (17 t. undervisning)
Sted: Esbjerg. Pris: 525,- kr. incl. kursusmaterialer og mad (+ evt. overnatningsgebyr).
Indbydelse: Udsendes senest 5 uger før kurset.
Tilmeldingsfrist: 14 dage før kurset, til kursusleder.
Deltagerkrav: Instruktør II.
Deltagerbegrænsning: Ja, max 28 deltagere.
Kursusleder: Jan Rudebeck, 75 93 45 24.
Specielt: DIF's træningslære er et 34 t. kursus, som strækker sig over 2 week-ends. Hvor 2. del afvikles den 13.-14. januar 1996 i Region Syd. Grunden til den lidt høje pris skyldes, at du betaler for alt kursusmateriale på 1. del. - 2. del koster kun 280,- kr.

INSTRUKTØR I

Dato: 25.-26. november 1995. (17 t. undervisning)
Sted: Skanderborg. Pris: 410,- kr. incl. kursusmaterialer og mad (+ evt. overnatningsgebyr).
Indbydelse: Udsendes senest 5 uger før kurset.
Tilmeldingsfrist: 14 dage før kurset, til kursusleder.
Deltagerkrav: Ingen.
Deltagerbegrænsning: Ja, max 28 deltagere.
Kursusleder: Steen Holm, 86 51 00 42.
Specielt: Dette kursus er lavet specielt til Taekwondo og underviserne er TKD-instruktører som er godkendt af Danmarks Idræts-Forbund (DIF).

GENERELT

Lederkurserne er taget ud af kursusplanen. - Dette skyldes, at der i 1995 vil blive arrangeret 10 kurser for udvalgte klubber i DTF. Disse lederkurser vil blive arrangeret på hverdagsaftener i samarbejde med regionerne. Kursusdatoer vil blive aftalt med de berørte klubber.

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

Dangraduering

De bestod gradueringen på Sommerlejren

Johnny Rasmussen	Ålborg	1 DAN
Claus Eisenhardt	Ålborg	1 DAN
Michael Juel Jensen	Munkebo	1 DAN
Arne Andersen	Munkebo	1 DAN
Rajvinder Singh	Albertslund	1 DAN
Jesper Jonassen	Albertslund	1 DAN
Bülent Tavukcu		1 DAN
Ronni Iversen	Skærbæk	1 DAN
Kim Sang Hansen	Hjørring	1 DAN
Camilla Berthelsen	Skælskør	1 DAN
Brian Matzen	Ribe	1 DAN
Dipanjani Deb	Tåstrup	1 DAN
Henrik Schneider	Høng	1 DAN
Claus-Peter Lund	Nordborg	1 DAN
Sebastian Landt	Nordborg	1 DAN
Henry Simon Bomberg	Nordborg	1 DAN
Peter N. Larsen	Nærum	1 DAN
Louise Julie Skov	Nærum	1 DAN
Mette Lykke Norgård	Nærum	1 DAN
Rasmus Jørgensen	Rønne	1 DAN
Pernille Berg	Nørrebro	1 DAN
Cecilie Becker-Christensen	København	1 DAN
Thomas Jørgensen	København	1 DAN
Susanne Højland	Fredericia	1 DAN
Thomas Ernlund	Assens	1 DAN
Thomas Christensen	Århus	1 DAN
Katja Cecilia Larsen	Århus	1 DAN
Cüneyt Hamid	Gladsaxe	1 DAN
Søren Sørensen	Odder	1 DAN
Michael Madsen	Odder	1 DAN
Uffe Andersen	Bagsværd	1 DAN
Pia Thomsen	Kolding	1 DAN
Vinnie Hollerup	Kalundborg	1 DAN
Claus Bonde	Brøndby Strand	1 DAN
Kristina Jørgensen	Viby	1 DAN
Anders Østergaard	Viby	1 DAN
An Van Nguyen	Viby	1 DAN
Michael Schjoldager	Hjørring	2 DAN
Bruno Stolborg	Morud	2 DAN
Heidi Brøndahl Pedersen	København	2 DAN
Rune Rasmussen	København	2 DAN
Marc Egede-Jensen	Høng	2 DAN
Kim Nedergaard Sørensen	Thisted	2 DAN
Mark Lee Larsen	Skanderborg	2 DAN
Thomas Lundgren	Bramsnæs	2 DAN
Finn Olsen	Bramsnæs	2 DAN
Lars Bæk Thomsen	Bramsnæs	2 DAN
Karina Rasmussen	Munkebo	2 DAN
Kent S. Hansen	Viby	2 DAN
Patryk Bonczyk	Viby	2 DAN
Allan B. Pedersen	Gladsaxe	2 DAN
Martin Glisby	Gladsaxe	2 DAN
Jacob Leicht Madsen	Ålborg	2 DAN
Hau Kim Hoang Tran	Albertslund	2 DAN
Daniel Schou	Værløse	2 DAN
Jan Christiansen	København	3 DAN
Anders Ravn	Nørrebro	3 DAN
Benny Faarvang	Nørrebro	3 DAN
Christopher Schmitz	Roskilde	3 DAN
Poul Boesen	København	4 DAN
Jesper Kristensen	Thisted	4 DAN
Finn Andersen	Ålborg	4 DAN
John Paarup	Munkebo	4 DAN
Bendt Nørgaard	Køge	4 DAN
Tommy Larsen	Esbjerg	4 DAN
Una Filyo	Odder	5 DAN

WCTT 1995

For anden gang afholdt Københavns tkd klub det internationale stævne „Wonderful Copenhagen Taekwondo Tournament“. Ligesom sidste år var rammerne omkring stævnet den nye Valby hal, og København kan kun være stolte af et flot og velgennemført stævne med meget flot international deltagelse. Udover vores nordiske naboer var der også deltagelse fra Holland, Israel og Taipei.

Men at stævnet virkelig har fået det internationale blå stempel kunne man se ved at de to meget stærke tkd nationer Spanien og Tyrkiet også deltog med deres A-landshold.

Hele dagen igennem var der den ene knald kamp efter den anden, og det var til tider svært at vælge hvilken kamp man skulle følge med i.

Desværre var vi ved dette stævne igen vidne til en kedelig episode, i stil med dem vi oplevede ved D.M.

Episoden skete i finalen mellem Gergely Salim og Imran Rashid fra henholdsvis Gladsaxe og Rødovre. Det er jo efterhånden velkendt at disse to topklubber i lang tid har haft et horn i siden på hinanden selvom der fra flere sider, og også klubberne imellem er gjort forsøg på at bilægge stridighederne. Hvis man ikke selv var tilstede i hallen viste tv om aftenen episoden flere gange.

Hvad var det så der helt konkret skete. Efter et angreb blev Imran presset ud over sidelinjen og Gergely fulgte efter ham. Helt ude ved tilskuerne stiller de to kæmpere sig op over for hinanden med kun få cm imellem ansigterne, og inden dommeren får trukket dem fra hinanden nikker Gergely Imran en skalle så denne går i gulvet. Herefter udvik-

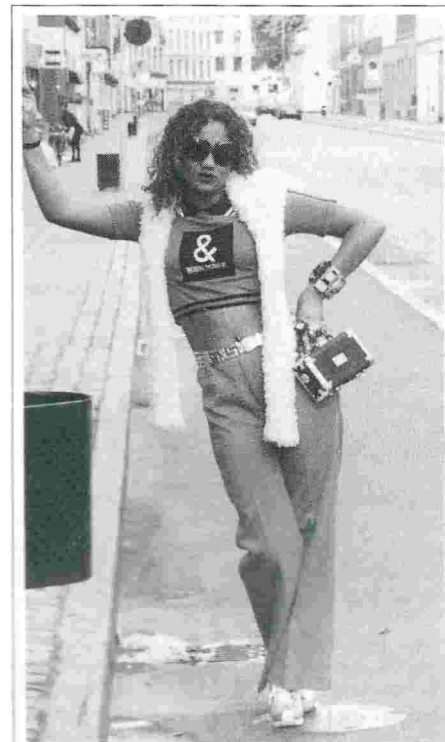
lede det sig til nærmest western agtige tumultscener, hvor tilhængere fra begge klubber var inde på banen.

Efter at dommerne og officials havde fået ryddet banen blev Gergely diskvalificeret og Imran udråbt til vinder. Denne episode er den foreløbige kulmination af kedelige episoder vi har oplevet på det seneste. Gergelys handling på banen kan ikke undskyldes, og heller ikke den opførsel der blev vist fra begge klubbers side. Men en forklaring kan der måske findes, og forbundsbladet vil til næste gang prøve at grave lidt dybere i sagen.

Det var dog helt klart at Gergely var frustreret over at være sat af landsholdet, hvad de interviews der blev bragt med ham klart bar præg af.

En anden ting som jeg lagde mærke til var interviewet med landsholdslederen, som bl.a. sagde, at Gergely var sat af landsholdet p.g.a. problemer med hans opførsel og at han havde udtrykt utilfredshed med landsholdstræneren.

Dette kan jeg ikke kommentere nærmere, men kun konstatere at vi i et referat af et hovedbestyrelsesmøde kunne læse at Gergely var sat af holdet fordi han var udeblevet fra nogle landsholdssamlinger. Jeg fandt det mærkeligt at vores bedste internationale kort var sat af p.g.a nogle udeblivelser, og havde da også en ide om at der måtte ligge noget mere til grund. Jeg er i den forbindelse meget skuffet over at jeg gennem tv skal erfare om de problemer der er på vores landshold, fremfor at mit forbund (hovedbestyrelse, landsholdsledelsen) gennem nogle klare og åbne referater informerer om



Erikka fra Århus klar til at indtage København og WCTT '95

de beslutninger der tages i forbundet og grunden til dem.

Jeg håber at den senere tids hændelser, og også dette indlæg kan være med til at vi fremover får informationer, så vi (os der ikke lige er i H.B.) også kan følge med i hvad der sker i vores forbund.

C.S.



Tyrkiet - Danmark



Ballade på banen mellem Rødovre og Gladsaxe

Med hilsen fra Bornholm ...

Små huse, brosten, Røgeriskorstene, klipper, Hammershus Slotsruin, Paradisbakkerne, Dueodde, Svaneke, Nexø og Rønne. Sol-skin, skov, sand og vand. Disse ting findes alle på Danmarks østligste bosiddelse: Bornholm.

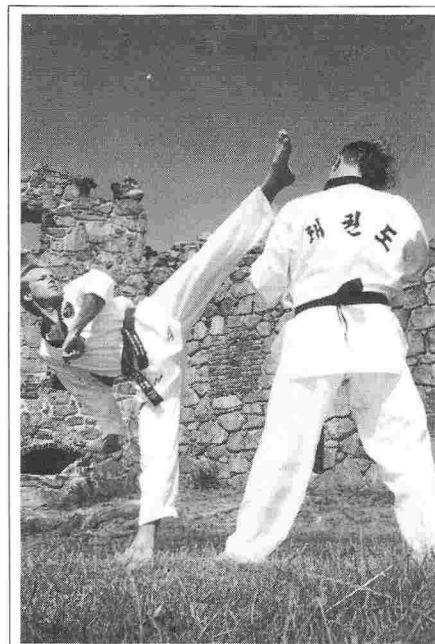
Turister fra det øvrige Danmark, fra Sverige, Norge og Tyskland, fra Polen og De Baltiske Lande valfarter til "Østersøens Perle" hver sommer. De kommer for at slikke solskin på de fine strande, nyde naturen og en røget sild, for at se på glaspusterne, keramikkerne og de mange andre seværdigheder og mange af de unge for at kaste sig ud i øens nattelev.

Man har mange muligheder når man ferierer på Bornholm - alt for mange til at jeg vil nævne dem her. Nej, jeg vil nøjes med at nævne en enkelt - nemlig den, der måtte interessere taekwondofolket: Rønne Taekwondo Klub.

Lad mig fortælle lidt om Danmarks østligste taekwondoklub: I den nordlige del af Rønne, tæt ved busstoppestedet for alle de regionale ruter, ligger en lille skole. Den har en lille gymnastiksal, og her mødes Bornholms taekwondoentusiaster to-tre gange om ugen. Klubben er ikke så stor. Normalt ligger medlemstallet mellem 15 og 35 medlemmer. Dette skyldes hovedsagligt uddannelsesmulighederne på Bornholm. Når vores medlemmer skal i gang med en videregående uddannelse bliver de nødt til at rejse „over“, som det hedder på Bornholmsk. Derfor må vi om sommeren ofte vinke farvel til en del medlemmer og derefter gå i gang med at skaffe nye. Det sidste går dog temmelig godt. Vi har efterhånden haft nogle artikler i de lokale aviser, ligesom vi to gange har haft nogle flotte indslag i TV2 Bornholms sportsudsendelser.

Klubben startede oprindeligt i Allinge, men flyttede i slutningen af 1992 til Rønne hvor jeg overtog den med fem medlemmer og næsten uden udstyr. Siden da er det gået stærkt fremad, så klubben nu er pænt veludrustet. I øjeblikket har vi et begynderhold og et øvet hold, og på disse hold strækker vi os lige fra hvidbælter og op til I. dan. Når man siger Bornholm, tænker de fleste på krise i fiskeriet, krise i landbruget, høj arbejdsløshed og frygt for faldende turisttal. Men det er ikke de eneste kriser der er på øen. I taekwondoklubben har vi også krise. Heldigvis ikke af samme dimensioner som erhvervskriserne - næh, vi mangler såmænd bare lidt ekspertise og lidt erfaring. Vi er tre trænere: en 4. kup, en I. kup og en I. dan. Og selv om vi mener at vi er dødgeniale, så mangler vi altså stadig noget erfaring, for det er svært for os at lære noget, når der ikke er nogen til at instruere os! Bornholm ligger jo et stykke fra det øvrige Danmark, og da det er dyrt at flyve og det tager lang tid at sejle, kan det ofte være svært at finde tid og/eller råd til at tage på weekendtræning på „den anden side (endnu et bornholmsk udtryk for det øvrige Danmark)“. Det er dog blevet til bornholmsk deltagelse ved de sidste tre sommerlejre, en vinterlejr og en påskelejr. Selv kommer jeg en smule rundt i landet på kurser gennem mit arbejde samt familiebesøg, og så besøger jeg gerne de lokale klubber. Efter træningerne er det så frem med blok og blyant så jeg kan vende tilbage til Bornholm med friske, nye idéer. Ligeledes sker det da også, at bekendte fra taekwondoverdenen melder deres ankomst til øen og så lykkes det da ofte at få dem til at give en gæstetræning eller to. På denne måde kan vi opretholde et rimeligt træningsniveau, men vi har stadig brug for al den hjælp vi kan få.

Har du planer om tage på ferie til Bornholm?



Træning ved Hammershus slotsruin

Så husk din dobog! Hvis du ikke er så højt gradueret, skal du være velkommen til at træne med, og hvis du er højt gradueret, skal du være velkommen til at komme og gi' en gæste-træning i klubben. Nok er turist-sæsonen ved at være overstået, men øen er hele året et paradys for naturelskere, lystfiskere og i det hele taget for folk der gerne vil se en lidt anderledes side af Danmark. Så hvis du skulle komme til Bornholm kan du ringe på nedenstående nummer og få af vide hvor og hvornår vi træner. Og bare rolig: De af os der snakker bornholmsk gør det, så alle kan forstå det...

Med venlig hilsen
Rasmus Jørgensen
Formand, tlf.: 56 95 89 77
(normal indlandstakst!!!)



Sommertræning i Rønne tkd-klub



Rasmus Jørgensen



Bestil det nye '95 KATALOG

124 farvesider
med det største
udvalg af
udstyr og
beklædning
til den
seriose
udøver



Ring og
bestil
kataloget
allerede i
dag eller
send
kuponen
til

KATALOGBESTILLING

TK

NAVN: _____

ADRESSE: _____

POSTNR. OG BY: _____

TLF.: _____

SPORTSGREN: _____ FØDSELSÅR: _____

KWON DANMARK
KAMPSPORTSUDSTYR
RUGVANG 59 - 5210 ODENSE NV
TLF. 66 16 13 11 - FAX 66 16 13 33