



German TSD Newsletter

der Deutschen Tang Soo Do Vereinigung e.V.,
gemeinnützig



Mitglied in der
Traditional Global Tang Soo Do Association
sowie im DDK e.V. und BSK



Ausgabe Mai 2021

EDITORIAL

TGTSDA und Corona Zeiten



Nun wird es mal wieder Zeit sich zu melden. Leider hält uns Corona immer noch stark beschäftigt. Wir können nun mal den Verlauf der Infektionen nicht beeinflussen, sondern nur hoffen, dass es jetzt mit dem Fortschreiten der Impfung, die für uns negativen Auswirkungen, sich mehr und mehr positiv in unserem Aktionsradius auswirken. Gehen wir mal davon aus, dass es sich bei uns bis Ende Juni wieder etwas mehr normalisieren wird, so dass auch wieder eine reguläre Sportausübung in der Halle möglich sein wird.

Die nun seit über 14 Monaten andauernde Corona Zeit mit all ihren zurzeit noch restriktiven Auswirkungen auf unser Alltagsgeschehen, stellt uns alle vor mehr oder weniger physische und psychische Anforderungen und den Einzelnen vor größere Herausforderungen, mit denen wir nun alle, ob wir es wollen oder nicht, zurecht kommen und sie meistern müssen.

Man wird in solchen Zeiten daran erinnert, dass alles ganz unerwartet, ganz anders kommt, als man es sich zuvor vorstellen konnte. Aber es hilft alles nichts, man kann auch in solch schwierigen Zeiten durch solche Krisen hinzulernen und davon für sich selbst profitieren. Nun ist bei jedem die jeweilige Situation anders als beim Nächsten, aber man muss lernen, daraus für sich persönlich das Beste zu machen. Wir sehen tagtäglich, auf was für Ideen die Leute kommen, um mit ihren vielfältigen persönlichen Problemen zurechtzukommen. Es gilt, nicht einfach so wie bisher weiterzumachen. Jeder muss auch für sich sehen, wie man zurechtkommt.

Aus vielen Anrufen, auch aus dem Ausland, wo man mehr oder weniger mit den gleichen Problemen kämpfen muss, erfährt man, dass es überall die gleichen Probleme gibt und jede Generation geht unterschiedlich mit der Problematik der herrschenden Restriktionen um.

Wir bei der TGTSDA nutzen die Zeit und erstellen die diversen Manuals für die Mitglieder unseres Verbandes, damit wir später nach der Beendigung der Restriktionen dann vermehrt durch aktive Lehrgänge den versäumten praktischen Teil des Trainings nachholen und aufholen können. In einem neu entstandenen Verband gilt es zu anfangs immer, viel zu erstellen und bereitzustellen, seien es Publikationen, Einführung notwendiger organisatorische Abläufe, Besorgen von Materialien, Entwicklung der notwendigen Verwaltungssoftware, usw. Dieser zeitintensive Aufwand hält uns trotz Corona gewaltig beschäftigt.

Bitte habt Geduld, über kurz oder lange werden sich mit dem Fortschreiten des Impfens die Inzidenzzahlen nach unten verschieben und uns allen wieder ein, wenn auch am Anfang etwas holpriges, normales Leben bescheren.

Ich weiß, für Viele ist es kein Trost, aber für mich, einem Vertreter der Nachkriegsgeneration, der die Auswirkungen der Kriegsschäden des Zweiten Weltkrieges, sowie die Jahre des Mangels als Kind, noch hautnah erlebt hat, weiß, es könnte im Grunde genommen viel schlimmer sein. Vergesst nicht, was in der nahen Vergangenheit und momentan in vielen Ländern unserer Erde ganze Völker erleiden müssen, wie z.B. in Afghanistan, Syrien, Jemen usw., wo die Bevölkerung unverschuldet und ohne viel Hoffnung, Terror, Krieg, Hunger, Krankheiten und Verstümmelung durchmachen müssen. Da geht es uns doch noch immer relativ gut, trotz der noch herrschen Restriktionen.

Kopf hoch und in 2-3 Monaten sprechen wir wieder aus einer neuen verbesserten Situation darüber!

Tang Soo!!!

Euer Klaus Trogemann, Chil Dan, TSD Esting

Alleine trainieren und dabei doch zusammen!

Seit dem zweiten französischen Lockdown trainieren wir einmal pro Woche von zu Hause aus mit einem Video-Konferenzsystem. Als Trainer bringt dies eine ganz neue Herausforderung mit sich: Wie kann man dies neu gestalten?

Zum Beispiel, Übungen, die für sich alleine auf engstem Raum durchgeführt werden können. Wir sind alle daran gewöhnt, in großen Dojangs zu trainieren. Nun, nicht alle sind groß, aber im Vergleich zu einer möblierten Wohnung ist der kleinste Dojang riesig - und nun trainieren wir in Schlafzimmern zwischen den Möbeln, mit Nachbarn und um ein schlafendes Baby herum. Dies ist tatsächlich eine großartige Gelegenheit, um neue Übungen zu entwerfen, von denen einige auch dauerhaft bleiben werden, wenn ein regelmäßiges Training wieder möglich sein wird!

Einige Beispiele:

- Arbeite mit regulären Techniken in einer Linie, aber anstatt einer Seite vorwärts und dann die andere zu üben, geh zurück in die Kampfstellung, sobald die Technik beendet ist. Dies ist ideal für die Geschwindigkeit und den Kreislauf, da nicht gezählt wird. Mach so viele wie möglich innerhalb eines begrenzten Zeitrahmens.

- Schattensparring: Sich wie beim Sparring bewegen. Man darf so viele Schläge ausführen wie man möchte, dann gibt der Trainer Techniken vor, die ausgeführt werden müssen. Probiere diese auf beiden Seiten mit der Vorhand und Rückhand zum Beispiel. Wenn es mehrere Techniken sind, kann man sie in verschiedener Reihenfolge ausprobieren. Es ist wichtig, seinen Gegner zu visualisieren. Das Tolle daran ist, dass man damit 100 Killer Ninjas besiegen kann!

- Il Soo Sik Dae Ryun: Es wird zwar nach einer Weile etwas langweilig, alleine daran zu arbeiten, aber das ist eigentlich eine großartige Gelegenheit, an der Theorie zu arbeiten. Außerdem darf man einmal mit voller Kraft zuschlagen, da man nicht riskiert, einen Gegner zu verletzen! Man kann dann nur die geraden oder ungeraden Nummern üben, mit der linken oder rechten Seite oder ohne zu stoppen alle Techniken Nacheinander. Versuche einen fließendem Übergang von einer Handtechnik in die andere oder von einer Tritttechnik in die andere oder umgekehrt.

- Mit Formen ist es zwar etwas schwieriger, wenn der Platz begrenzt ist, aber es ist immer möglich, dies zu auf einer Fläche von 1m² zu versuchen. Es beinhaltet viel Wechseln, aber es ist großartig für die Beinarbeit. Oder wenn die Nachbarn unten nett sind und man fit ist,

kann man jede Bewegung auch springen! Hat man auch schon mal versucht, eine Waffenform ohne die Waffe zu machen? Jetzt wird man sehen, ob man die Form wirklich kennt.

Das sind Ideen aus Frankreich, wie man während des Lockdowns Tang Soo Do trainieren kann.

Ich freue mich auf ein baldiges Wiedersehen!

Alexandre Bernard, Sam Dan, Deux Rivières Tang Soo Do, Frankreich

Trotz Corona – die Drachen trainieren weiter



Auch von Corona lassen wir uns nicht aufhalten. Seit nun über einem Jahr trainieren wir (mit kurzzeitiger Freigabe für die Halle im Sommer letzten Jahres) nun brav virtuell jede Woche. Und das trotz aller Widrigkeiten bei unseren Teilnehmern: Mitten im Training ausgehende Treppenlichter, Sofas die im Weg stehen, schlechte Beleuchtung im Wohnzimmer, abgehacktes Videobild bzw. Audio, etc. Das erfordert kreative Maßnahmen: da werden ganze Wohnzimmer zu jedem Training ausgeräumt, Lampen umgehängt, etc.

Hier geht ein großer Dank an all unsere Schüler: Danke, dass ihr so regelmäßig und immer noch mit vollem Eifer im Training seid! Dieser Enthusiasmus hält auch bei uns Trainern die Stimmung hoch :-)



Und Dank all diesem Einsatz können wir Trainer auch ganz stolz eine erfolgreiche Prüfung einiger Schüler vermelden (deren Gürtelverleihung leider erst lange Zeit nach der eigentlichen Prüfung wegen der Kontaktbeschränkung möglich war).

Herzlichen Glückwunsch Euch allen zur erfolgreichen Prüfung, ihr habt Euch die neue Graduierung wirklich verdient! In diesem Sinne: Bleibt mit so viel Einsatz dabei!

Eure Trainer TSD Zorneding, Anna (1. Dan) & Chris (3. Dan)

Training und Prüfung bei Åkersberga TSD in Schweden

In unserem Club hier in Schweden übernehmen wir Verantwortung für unsere Schüler und haben beschlossen, alle Trainings im Freien zu absolvieren, auch wenn Schüler bis 19 Jahre drinnen trainieren dürfen und die wenigen Einschränkungen mehr oder weniger nur eine Empfehlung sind. Die Sicherheit unserer Schüler hat höchste Priorität!



Unser Dojang im Freien ist in einem idyllischen Park in Åkersberga nahe Stockholm neben einem Kanal mit einem wunderschönen Pavillon, umgeben von alten Eichen und kleinen historischen Häusern. Im Winter war es manchmal etwas kalt, aber gemäß der Devise "Kein Zurück im Kampf!" ließen wir uns vom Kurs nicht abhalten. Es ist leicht Distanz zu behalten, da es in unseren Klassen hauptsächlich darum geht, seine Grundtechniken zu verbessern und Formen zu üben und körperlich fit und flexibel zu bleiben. Ein-Schritttechniken werden ohne Partner geübt, wobei wir entdeckt haben, dass wir mit einem Schaumsschwert vom Haidong Gumdo einen Angriff bis zu einem gewissen

Grad imitieren können. Familienmitglieder dürfen natürlich zusammen üben, so dass Cade und ich zumindest die Techniken für mehr Klarheit demonstrieren können.

Wir sind sehr glücklich, trainieren zu dürfen und so können wir sogar Gürtelprüfungen haben. Sicher unterscheiden sich diese von normalen Prüfungen im Tang Soo Do Studio, aber



besondere Zeiten erfordern besondere Maßnahmen! Natürlich halten wir die Standards hoch, jede Prüfung sollte herausfordernd und belohnend sein und die Schüler sollten immer das Gefühl haben, dass sie sich wirklich ihren Gürtel verdient haben.

Genau das haben unsere Weiß- und Orangegurte während der Gürtelprüfung Ende März gezeigt. Herzlichen Glückwunsch - ihr habet wahren TSD-Geist gezeigt!

Jetzt freuen wir uns alle auf wärmeres Wetter und hoffen, nächstes Semester wieder im Dojang zu sein!

Bleib gesund! Tang Soo!

Tatjana Schwarz, E Dan, TSD Åkersberga, Schweden

Prüfungsbögen auf TGTSDA ChungShin Seite verfügbar



Die TGTSDA strebt nach hohen einheitlichen Standards, nicht nur für den physischen Teil der Prüfungen, sondern auch für den theoretischen Teil. Daher ist jetzt ein Fragebogen für Prüfungen vom 9th Gup bis zum Cho Dan Bo für alle Studiobesitzer und Schulleiter auf ChungShin, im Moment erst in Englischer Sprache, verfügbar. Die Fragen basieren auf den Kenntnissen des Gup-Manuals und sollten die Schüler dazu inspirieren, auch die theoretischen Hintergründe unserer Kampfkünste zu studieren.

Weitere Fragebögen für Cho Dan bis Sam Dam sowie für Sah Dans und Master Kandidaten sind in Planung.

Tatjana Schwarz, Åkersberga TSD, Schweden

Das Lied vom Sip Sam Seh (Das Lied der 13 Einflüsse)

十三勢歌 十三勢總勢莫輕視 命意源頭在腰際
 變轉虛實須留意 氣遍身軀不少滯 靜中觸動動猶靜
 因敵變化示神奇 勢勢換心須用意 得來不覺費工夫
 刻刻留心在腰間 腹內鬆淨氣騰然 尾闕中正神貫頂
 滿身輕利頂頭懸 仔細留心向推求 屈伸開合聽自由
 入門引路須口授 功夫無息法自休 若言體用何為準
 意氣君來骨肉臣 想推用意終何在 益壽延年不老春
 歌兮歌兮百州字 字字真切義無遺 若不向此推求去
 枉費工夫貽誤悟

Das Lied der 13 Einflüsse

- *Vernachlässige nie irgendeines von den Sip Sam Seh*
- *Die Quelle des Willens ist in der Hüfte*
- *Beachte die kleinste Änderung von voll zu leer*
- *Lass die Energie fortlaufend durch den Körper fließen*
- *Innere Ruhe bedeutet Bewegung. Bewegung bedeutet innere Ruhe. Suche die innere Ruhe in der Bewegung*
- *Überraschende Dinge werden geschehen, wenn Du Deinem Gegner begegnest*
- *Schenke jeder Bewegung Beachtung und gib ihr einen Grund. Wenn Du es richtig machst, wird es Dir anstrengungslos erscheinen*
- *Beachte immer die Hüften. Dank entspannter, klarer Beachtung des Unterleibs kann die Energie aktiviert werden. Wenn das Rückgrat gerade ist, steigt die Energie bis zum Scheitel*
- *Der Körper sollte beweglich sein. Halte den Kopf, als wenn er an einer Schnur aufgehängt wäre*
- *Bleibe wachsam und suche nach dem Sinn und Zweck Deiner Kunst*
- *Gebogen und gestreckt, offen und geschlossen. Lass die Natur ihren Lauf nehmen*
- *Anfänger werden durch das gesprochene Wort unterrichtet und geführt. Mit der Zeit wendet man selbst mehr und mehr das für sich Zutreffende an. Die Fähigkeiten werden sich weiterentwickeln*
- *Was ist der Grundgedanke und die Philosophie des Kampfsportes? Verjüngung und Verlängerung des Lebens über die normale Erwartung hinaus. So wie eine ewige Quelle*
- *Jedes Wort dieses Liedes hat unendlichen Wert und Wichtigkeit. Solltest Du dieses Lied absichtlich nicht befolgen, dann verschwendest Du Deine Zeit*

Das Muye Dobo Tongji (Kriegerhandbuch) beinhaltet alle Überlieferungen der Techniken und Philosophien der koreanischen Kampfkünste und bildet so auch die Grundlage für ein erfolgreiches Training im Tang Soo Do. Schon immer waren die Kampfkünste nicht nur die Basis um sich zu verteidigen und zu überleben. Vielmehr waren sie die Grundlage um ein gutes, gesundes und langes Leben führen zu können. Kurz gesagt eine Lebenseinstellung. Das Lied vom Sip Sam Seh sollte daher nicht nur als Anleitung für das Training verstanden werden, sondern als eine Hilfestellung, um die eigene Lebenseinstellung zu überprüfen oder sogar zu ändern.

Das lebenslange Lehren und Lernen beschränkt sich nicht auf das auswendig lernen von möglichst vielen Techniken oder Formen. Es ist die ständige Auseinandersetzung mit sich selber und nach der Frage «Warum?». Hier spielen die kleinen Wörter «Do» und «Dojang» eine zentrale Rolle. Um deren Bedeutung richtig erfassen zu können, ist es unabdingbar, sich mit dem Lied eingehend auseinander zu setzen. Die Sätze zu verstehen, zu verinnerlichen und das Wichtigste mit dem Herzen zu leben.

Wie bei vielen Dingen im Leben sind kurze Wörter sehr gehaltvoll und haben oft tiefgreifende Konsequenzen. Zum Beispiel haben wir in der koreanischen Flagge die Farben rot und blau im Um und Yang Zeichen. Würden wir diese mischen, so würde violett entstehen. Nur diese Farbe finden wir nicht auf dem Zeichen. Setzen wir dies nun um in Wörter, so haben wir «Ja für Blau» und «Nein für Rot». «Violett», wäre «Vielleicht». In unserem Leben treffen wir häufig Entscheidungen aus rationalen Gründen, ohne auf das Bauchgefühl zu hören. Häufig kommt dabei ein «Vielleicht» heraus und ist so auch häufig ein Grund für zahlreiche Konflikte, die wir austragen müssen. So verhält sich auch unsere Einstellung zu unserem Leben und zum Training. Nicht umsonst wird zum Beispiel bei einer Heirat auch noch der Zusatz «wie in guten, so auch in schlechten Tagen» offen, klar und deutlich ausgesprochen. Denn jede Entscheidung bedeutet auch mit den Konsequenzen zu leben. Das «Vielleicht» ist nur die Hoffnung den Konsequenzen aus dem Weg gehen zu können und sich ein Hintertürchen offen zu lassen. Nun fragt man sich aber, was ist richtig und was ist falsch? Großmeister Hwang Kee sagte einmal: «Egal was du tust, wenn es von Herzen kommt, kann

es nicht falsch sein». Dabei sollte man nicht vergessen auf sein inneres Bauchgefühl zu hören. Denn das Bauchgefühl ist eine Grundausstattung, die jeder Mensch seit Geburt mitbekommen hat. Leider verlernen wir immer mehr auf dieses Bauchgefühl zu vertrauen und es wird durch das «Vielleicht» zu ersetzt.

Nun was bedeutet das wieder in Bezug auf das Lied? Der letzte Satz sagt alles. Entweder tut man etwas oder man lässt es. Sollte man etwas absichtlich nicht beachten, so verschwendet man nur seine Zeit. Nicht nur die eigene, sondern die Zeit von allen anderen auch. Sage ich ja zu der Lebenseinstellung auch genannt Kampfkunst. Dann mache ich das mit meinem Herz, weil ich das will. Diese Begründung sollte mehr als genug sein.

Kampfkunst ist das natürlichste was es gibt. Mein Kapital ist mein Körper, mein Partner und auch Gegner, ist mein Wille und meine Seele. Wenn man also erfolgreich Kampfkunst trainieren will, muss man bereit sein sich selber zu begegnen, sich selber kennen zu lernen, mehr noch seinen eigenen Grenzen erkennen und versuchen darüber hinauszublicken. Der Trainer unterstützt einen mit gezielten Übungen, diesen Weg zu gehen, sich zu begegnen, sich anzunehmen, die Grenzen zu erkennen und darüber hinauszublicken. Ja zu Kampfkunst ist auch ein Ja zum Trainer und seinen Anweisungen. Diese Anweisungen gibt er, da er diesen Weg lange vor dem Schüler angefangen hat und schon sehr viele Erfahrungen sammeln konnte. In der westlichen Welt hat sich die Unart eingeschlichen, dass Schüler das Gefühl haben es besser zu wissen, da sie ja auch gewisse Lebenserfahrungen haben. Diese Lebenserfahrungen sind wichtig. Nur der Trainer geht den Weg der Kampfkunst länger als der Schüler und es ist seine Aufgabe den Schüler zu begleiten und zu unterstützen. Das geht aber nur, wenn der Schüler alles was kommt annimmt und nicht ständig hinterfragt.

Im asiatischen Raum wird Kampfkunst unterrichtet, in dem man den Schüler nachmachen lässt und weniger erklärt. Diese Trainingsmethode zielt ganz auf das Lied ab. Denn auf der Suche nach dem Warum hat man die Chance die wahre Erklärung zu erfahren und nicht nur zu hören.

Eine Weisheit aus dem Zen sagt: «Es gibt drei Wege klug zu handeln. Der erste ist durch Nachahmung, das ist der Einfachste. Der zweite durch Nachdenken, das ist der Edelste. der dritte durch Erfahrung, das ist der Bitterste». Wir kommen nur durch Erfahrung weiter. Wir können nur durch Erfahrung unsere Lebenseinstellung gestalten. Ähnlich wie das Kind, welches auf die Herdplatte fasst. Denn die Information der Mutter, welche sagt, dass es heiß ist, reicht nicht, wenn man noch nie erfahren hat, was heiß wirklich bedeutet. Das weiß man erst, wenn man die Erfahrung gemacht hat. Erfahrungen sind Erlebnisse und die speichern wir nicht nur mit dem Hirn ab, sondern auch mit dem Herzen.

Beachtet man das Lied und seinen Inhalt, dann hat man einen wahren Schatz in den Händen. Nicht nur für das erfolgreiche Training, sondern auch für ein erfülltes Leben.

Tang Sool!

Christian Preiss, Sah Dan, TSD Hinwil (Schweiz)

In Corona Zeiten der Phantasie freien Lauf lassen!

Im November 2020 bin ich von Neufahrn bei München nach Augsburg umgezogen. Früher hatte ich zu Hause einen eigenen Trainingsraum, aber nun wurde mir klar, dass das hier leider nicht mehr der Fall ist. Es stellte sich also die Frage, wo ich üben könnte, wenn wegen der Pandemie alles geschlossen ist.

Von meinem Trainer Meister Klaus Trogemann hatte ich gelernt, dass man sich als Schwarzgurt selbst trainieren muss. Im Laufe der Zeit habe ich gelernt, dies gut strukturiert zu tun. Wenn wir also wieder zusammen trainieren können, muss ich nicht noch einmal von

vorne anfangen. Wo könnte ich also trainieren, wenn alles geschlossen ist? Da fiel mir ein, dass es in unserem Haus einen Waschraum gibt, der oft ungenutzt ist.

Während meiner ersten Trainingseinheit mitten in der Dan Gum Hyung kam eine Nachbarin mit einem Wäschekorb in herein. Ich bemerkte sie nicht sofort. Sie war schockiert, als sie mich sah, genauso wie ich, als ich sie bemerkte. Ich erklärte ihr, dass sie keine Angst haben müsse und dass ich nur meine Übungen mache. Dann lachte sie und sagte, dass es eine großartige Idee sei, aber ich meine Übungen nach 17 Uhr machen sollte, weil zu diesem Zeitpunkt niemand mehr kommt, um seine Wäsche zu waschen.



Tang Soo!

Leonidas Kalojanidis, Cho Dan, TSD Esting, Germany

BERICHTE ZU EREIGNISSEN DER DTSDV UND TGTSDA

Gedanken in der Pandemie-Zeit

Ein Lockdown folgt dem nächsten. Die Abende sind eintönig und leer. Das gemeinsame Training ist lange her. In dieser unwirklichen Zeit erfreut man sich an Kleinigkeiten, der Familie und Erinnerungen, wie es vorher war.

Jeder empfindet die Zeit anders und geht mir ihr dementsprechend um. Da sind die, die auf Grund der Pandemie sich vor Arbeit kaum retten können. Es gibt diejenigen, die vielleicht in Kurzarbeit sind. Oder jene, denen die Decke auf den Kopf fällt, weil sie seit über einem Jahr im Homeoffice tätig sind.

Gerade jetzt sollte ein jeder nicht in einen Trott der Lustlosigkeit oder Aufgabe verfallen. Das Leben muss in geregelten Bahnen verlaufen. Sicherlich, dem einen fällt es leichter, wie manch anderem. Dabei ist es doch eigentlich ganz simpel. Vor Corona sind wir doch auch ins Training gefahren, hatten unsere festen Trainingszeiten. Das geht auch weiterhin, man muss nur wollen. Mein Trainer sagte einmal zu mir: "Wer sich für Tang Soo Do interessiert, der bleibt auch dabei, egal was passiert."

Also nicht einschlafen lassen. Nicht sagen, heute habe ich keine Lust. Schnell ist das Training oder die Wiederholung der Formen auf den nächsten Tag verschoben. Aber so geht es dann schnell immer weiter. Wir brauchen in der kurzlebigen Zeit einen Plan, einen Halt. Wir brauchen etwas, woran wir klammern können, etwas, was sich einfach wiederholt. Immer wiederkehrendes stärkt die Kraft, bereinigt Fehler. Schnell ist eine Form oder gar eine Technik einfach verloren gegangen.

Wir sind alle Individuen, und das ist gut so. Jeder lernt und übt auf seine Weise. Der eine



erfreut sich am Online-Training, welches weiterhin angeboten wird, der andere übt mit Videos. Wieder andere üben im Stillen in ihren Wohnräumen oder sogar im Keller. Das ist gut! Weiter so! Wir brauchen den Halt uns körperlich und geistig fit zu halten. Dabei kommt es nicht darauf an, jeden zweiten Tag 50 Liegestütze zu pushen. Die Regelmäßigkeit ist das Zauberwort. Dabei kommt es nicht einmal auf die Kraft an. Wenn sich jemand als Ziel setzt, zweimal die Woche seine Formen zu laufen, oder regelmäßig die Einschnitt-Techniken zu wiederholen finde ich

das super. Mit der Zeit kommt auch der Erfolg. Ach ja, vorgestern habe ich das falsch gemacht, habe mir das heute gemerkt. Auch so kann sich jeder steigern. Den Kampfsport bzw. die Kampfkunst lernt man sein ganzes Leben. Regelmäßig und gleichmäßig. Dann hat man ein Ziel vor Augen.

Auch dabei spielt es keine Rolle, ob man zunächst alleine lernt, oder einen Partner zum Üben hat. Oft hilft dabei sicherlich der Bruder, der Freund oder die Eltern. Ich kann zum Glück immer wieder auf meinen Sohn zurückgreifen, der mich dann tatkräftig unterstützt. Tang Soo Do ist so umfangreich, dass es nie langweilig wird. So kann man einen Tag die Formen laufen und dann an anderen Tagen Techniken wiederholen. Auch diese Pandemie ist irgendwann zu Ende. Da freuen wir uns alle drauf. Dann ist es doch nur von Vorteil, wenn wir dann alle gemeinsam durchstarten können. Sei es im Training in der bekannten Gruppe oder bei Veranstaltungen und Lehrgängen. Man kann dann sogar stolz sein, das erlernte nicht vergessen zu haben. Ich freue mich schon wieder auf gemeinsame Stunden mit Euch.

Oliver Stahl, 1h Dan, TSD Esting

Online-Treffen des TGTSDA-Vorstands und der Ländervertreter

Im April hielt die TGTSDA zwei Online-Sitzungen. In der ersten, diskutierten der TGTSDA-Vorstand die Erfolge und Fortschritte der TGTSDA. Neuerscheinungen sind jetzt für Studiobesitzer und verantwortliche Trainer auf der ChungShin Management Software erhältlich, wie z.B. das Dan-Handbuch, das Samurang Kids Booklet und Fragebögen für Gup-Tests.



Die ChungShin- Management-Software wurde verbessert. Sie macht die Navigation noch einfacher. Finanzielle Angelegenheiten und eine verbesserte Version der TGTSDA Satzung wurden diskutiert.

Im Treffen mit den Ländervertretern wurden die Ergebnisse der Vorstandssitzung mitgeteilt und ein Budget für 2021 wurde vorgeschlagen, diskutiert und akzeptiert. Die Vertreter berichteten über die Situationen in ihren Ländern und wie sie mit der Pandemie umgehen.



Es war sehr motivierend zu sehen, mit welchem Engagement und welcher Entschlossenheit des Vorstandes und Mitglieder, sowie den Ländervertretern der TGTSDA es weitergeht. Wir freuen uns alle auf die Zeit, in der wir uns alle wieder persönlich treffen können.

Tatjana Schwarz, E Dan, TSD Åkersberga, Schweden

Hangul 한글: Die Koreanische Schrift

Unsere Kampfkunst Tang Soo Do 당 소 도 ist aus Korea auf dem Umweg über die USA nach Deutschland gekommen und es existieren dementsprechend recht viele Fachbücher in englischer Sprache. Schon die Erwähnung der Tradition Im Namen unseres Verbandes „Traditional Global Tang Soo Do Association“ macht allerdings deutlich, wie wichtig die Traditionen und Wurzeln im Ursprungsland Korea sind.

Wer sich auf die Suche nach den koreanischen Ursprüngen von Tang Soo Do und die Einflüsse aus China und Japan macht, wird sehr bald feststellen, dass man mit

Grundkenntnissen der jeweiligen Sprachen und dem Studium von Originalquellen, die nicht für den englischsprachigen/ deutschsprachigen westlichen Leser produziert sind, wesentlich leichter tiefere Einblicke in die Kampfkünste, Traditionen und Kultur bekommen könnte. Als erster Schritt zur Einführung in diese Traditionen soll deshalb hier das Koreanische Alphabet vorgestellt werden.

Die Konsonanten:

ㄱ k / g	ㅌ	Klippe
ㄴ n	ㄹ	Nase
ㄷ t / d	ㅊ	Tisch
ㄹ r	ㅇ	Ringelwaffer
ㅁ m	ㅍ	Mund
ㅂ b	ㅅ	Baum
ㅅ s	ㅈ	Segelboot

○ Nulllaut am Anfang einer Silbe, sonst ng

ㅈ j

ㅊ tsch

ㅋ k hart

ㅌ t hart

ㅍ p hart

ㅎ h

ㅍ Pott

ㅎ Hut

Aussprache am Silbenende:

ㄷ ㅌ ㅊ ㅈ ㅊ ㅎ werden am Silbenende zu t

Die koreanischen Buchstaben bilden in ihrer Grundform • (Himmel), _ (Erde) und | (Mensch) den Kosmos ab.

Zunächst wurden in Korea die chinesischen Schriftzeichen verwendet, 1443 erfand der Koreanische König Sejong (세종) dann die koreanische Buchstabenschrift, die sich aber in Korea gegenüber den chinesischen Zeichen erst in den letzten hundert Jahren durchsetzte. Ca. 2000 chinesische Zeichen werden parallel dazu nach wie vor in der Schule gelehrt und sind insbesondere in der Wissenschaft auch noch im Gebrauch.

Glücklicherweise wirkt die koreanische Schrift zwar durch ihre Aufteilung in Silbenblöcke wie die zu Tausenden mühsam zu erlernenden chinesischen Schriftzeichen, ist aber wie unsere Schrift eine Buchstabenschrift und lässt sich mit visualisierten Eselsbrücken bequem in einer

halben Stunde erlernen. Zum schnellen Einprägen der Buchstaben für die praktische Anwendung dient die nebenstehende Aufstellung der Buchstaben ohne Sprachwissenschaftliche Details.

Als erstes Beispiel zum Lesen üben können die uns allen aus dem Aufwärmtraining vertrauten Zahlen 1 bis 10 dienen:

- 1 *hana* 하나
- 2 *tul* 둘
- 3 *set* 셋 (ㅈ + | = ㅊ, *ausgesprochen als e*)
- 4 *net* 넷
- 5 *tasot* 다섯
- 6 *yosot* 여섯 (*steht am Anfang einer Silbe ein Vokal, muss zuvor der stumme Nulllaut stehen*)
- 7 *ilgob* 일곱
- 8 *yodol* 여덟
- 9 *ahop* 아홉
- 10 *yol* 열

Sabine Bold, Cho Dan Bo, TSD Leitershofen

Gemeinsame Anstrengung – Die Sprache der Champions

Der Stil der Kampfkunst, den wir praktizieren, hat eine lange Geschichte und ein starkes Fundament, das durch die harte Arbeit und die Weisheit des Gründers von Tang Soo Do geschaffen wurde. Diese harte Arbeit wird durch all jene bewahrt, die ihr Leben dem Lernen und Lehren dieser Kunst verschrieben haben.

Groß- und Seniormeister in aller Welt arbeiten daran, die nächste Generation von Führungskräften zur Weiterentwicklung des Tang Soo Do heranreifen zu lassen und damit dessen Erbe zu bewahren. Dies wird durch die lange Tradition und das Erbe von Tang Soo Do gestützt, welches der rote Faden ist, der eine Einheit unter all den Praktizierenden dieser Kunst schafft. All das wird zu dem, was uns als Praktizierende von Tang Soo Do verbindet und dabei ist egal, wo auf der Welt wir herkommen. Wir kommen zusammen und trainieren als eine Einheit - wir nennen dies die Bruder- bzw. Schwesternschaft des Tang Soo Do. Der rote Streifen auf jeden Meister-Gürtel steht dafür.

TGTSDA ist eine neue Organisation, die auf Prinzipien beruht, die von Großmeister J.C. Shin gelehrt wurden. Insbesondere der TGTSDA-Gründer, Meister Trogemann, ein lebenslanger Schüler von Großmeister J.C. Shin, führt den „roten Faden“ der Linie der Gründungsprinzipien von Tang Soo Do durch seine Führung dieser Organisation fort. Es sind die Ideen von Meister Trogemann zu den Grundprinzipien von Tang Soo Do und dazu, wie Mitglieder die Kunst praktizieren sollten, die am meisten Anklang findet und stets beachtet werden sollte.

Ein Weg, wie jedes TGTSDA-Mitglied, vom 10. Gup bis zum 7. Dan, seinen Beitrag zur Weitergabe der Traditionen von Tang Soo Do an Meister Trogemanns „Roten Faden“ leisten kann, ist die Kommunikation. Indem sich jeder die Zeit nimmt, von Meister Trogemann die Grundprinzipien der TGTSDA zu lernen und seine Botschaft mit einer Stimme bei allen Aktivitäten der TGTSDA zu verbreiten. Indem jeder die „Sprache der Champions“ verwendet, wird er zum Bewahrer des Erbes von Tang Soo Do.

Verwende diese Sprache auf allen Social-Media-Plattformen und in der Kommunikation mit Menschen, um das Positive der TGTSDA und die wunderbare Kunst von Tang Soo Do zu betonen.

Was ist die Sprache der Champions? Wenn du dich auf deinen nächsten Gürtelgrad oder ein Turnier vorbereitest, trainiere hart, um das Beste zu leisten, was körperlich und geistig möglich ist. Höre den Rat deines Trainers zu Technik und Trainingsroutine. Er verwendet eine Sprache der Motivation, um dich zur bestmöglichen Leistung zu bringen. Mit anderen Worten, er nutzt die „Sprache der Champions“, um Dich zu inspirieren. Diese Sprache kann jenseits des Dojang verwendet werden, sie kann für alle Dinge im Leben verwendet werden. Wenn du wie ein Champion sprichst, wirst du ein Champion, egal ob es sich um Training, Schule, Arbeit, Familienleben oder anderes handelt.

Trainiere dich darin, für alle Dinge, die du tust, die „Sprache der Champions“ zu übernehmen, damit du auf natürliche und intuitive Weise dazu beiträgst, in allen Aspekten des Lebens ein Champion zu sein - nicht nur auf der Matte!

Meister Jan De-Vry, Oh Dan, Tang Soo Do Großbritannien/Schottland

Aktuelle Termine

Wegen der aktuell andauernden Einschränkungen in der Corona Pandemie sind noch keine Termine für Lehrgänge, Meisterschaften etc. für das Jahr 2021 bekannt. Bitte informiert Euch regelmäßig auch über die DTSDV-Homepage.

Unter „Termine“ <https://www.dtsdv.de/DTSDV/Termine/Termine.htm> werden dort weiterhin alle geplanten Veranstaltungen publiziert, sobald diese terminiert werden können. Siehe hierzu auch den Bericht zur Jahreshauptversammlung in diesem Newsletter.

Bitte beachten!

Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass die letztendliche Entscheidungskompetenz, die über die Zulassung zu einer Dan-Prüfung oder das Bestehen einer Dan-Prüfung beschließt, ausschließlich bei der Deutschlandvertretung der TGTSDA liegt! Jedes in Frage kommende DTSDV-Mitglied kann sich jederzeit wegen einer kompetenten Auskunft persönlich an die Vertretung wenden.

Klaus Trogemann, Chil Dan, TSD Esting

IMPRESSUM

German TSD Newsletter der Deutschen Tang Soo Do Vereinigung e.V., gemeinnützig wird als Mitgliederzeitung für die DTSDV–Studios, –Clubs und –Gruppen herausgegeben und über die Verbands-Homepage www.dtsdv.de veröffentlicht.

<p><i>Herausgeber</i></p> <p>Deutsche Tang Soo Do Vereinigung e.V. Germany, gemeinnützig (Verband für traditionelles Tang Soo Do)</p> <p><u>Vertretung:</u></p> <p><i>Klaus Trogemann</i> <i>Palsweiser Straße 5-i</i> <i>82140 Olching / Esting</i> <i>Tel.: 08142-13773</i> <i>Fax: 08142-179972</i> <i>E-mail:</i> <i>dtsdv.trogemann@t-online.de</i> <i>Web-Page: www.dtsdv.de</i></p>	<p><i>Beiträge und Mitteilungen</i></p> <p>Textbeiträge und Fotos für den Newsletter sowie Mitteilungen, die den Newsletter betreffen, bitte per E-Mail an</p> <p><i>dtsdv.trogemann@t-online.de</i></p> <p>oder per Post senden an</p> <p><i>Klaus Trogemann</i> <i>Palsweiser Straße 5-i</i> <i>82140 Olching/ Esting</i></p> <p>oder am Telefon mitteilen</p> <p><i>08142-13773</i></p>
---	--

Mitglieder der DTSDV e.V.

Adressen der an die DTSDV angeschlossenen Studios, Clubs und Gruppen – siehe bitte www.dtsdv.de unter **Vereine / Links**

Bemerkung in eigener Sache

Mit Annahme eines Manuskriptes (Texte und Abbildungen) durch die Newsletter-Redaktion überlässt der Autor sämtliche Verwertungsrechte im Sinne des Urheberrechts der DTSDV e.V. Die Newsletter-Redaktion ist berechtigt, die eingesandten Berichte auszuwählen und nach Rücksprache mit dem Verfasser ggf. aus redaktionellen Gründen zu ändern und / oder zu kürzen. Für die inhaltlichen Text- und Bildbeiträge, die über die DTSDV-Homepage veröffentlicht werden, übernimmt der Verfasser die Haftung. Die Veröffentlichung eines Berichts wird mit dem Namen des Autors signiert.

Klaus Trogemann, Newsletter-Redaktion der DTSDV e.V.