



German TSD Newsletter

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



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



Ausgabe November 2015

EDITORIAL

Werdegang eines Tang Soo Do Schülers

Der angedachte Werdegang eines Tang Soo Do Schülers innerhalb der World Tang Soo Do Association sieht an sich recht einfach aus und lässt sich vereinfacht wie folgt zusammenfassen:

- ⊗ Mit dem Training fängt man als Weißgurt an
- ⊗ Das Training wird regelmäßig mehrmals in der Woche besucht
- ⊗ Man nimmt an Gup-Prüfungen teil, wenn man vom Trainer hierfür vorgeschlagen wird
- ⊗ Im Verlauf eines Jahres besucht man entsprechende Lehrgänge
- ⊗ Nach einigen Jahren wird man zum Schwarzgurt geprüft
- ⊗ Man trainiert immer noch fleißig und übernimmt Trainingseinheiten als Trainer
- ⊗ Man nimmt an weiteren Dan-Prüfungen teil, wenn man hierfür von seinem Trainer/Meister vorgeschlagen wird
- ⊗ Unter Umständen gründet man ein eigenes Studio
- ⊗ Wenn man bestimmte Voraussetzungen erfüllt, wird man zu Lehrgängen für Meisterkandidaten eingeladen
- ⊗ Man nimmt an Meisterprüfungen teil, wenn man hierfür vorgeschlagen wird
- ⊗ Nach bestimmten Anwartschaften, und wenn bestimmte Voraussetzungen erfüllt sind, wird man zum Meister geprüft

Es ist keine Seltenheit, dass Tang Soo Do Schüler das große Ziel verfolgen möchten, eines Tages Meister oder sogar Großmeister zu werden. Solche Ziele sind an sich schon ziemlich ehrgeizig und der Weg dahin ist gewiss nicht leicht und kurz. In der Praxis ist es erfahrungsgemäß so, dass trotz guter Vorsätze nicht aus jedem Weißgurttträger ein Schwarzgurttträger und nicht aus jedem Schwarzgurttträger ein Meister wird. Aber prinzipiell wären die Möglichkeiten da.

Die Tang Soo Do Lehrgänge und Meisterschaften, die in Deutschland stattfinden, kennen bereits viele aus unseren Reihen. Das Schöne daran ist ja, dass wir das normale Training, die Prüfungen sowie die Lehrgänge und nationale Meisterschaften quasi vor der Haustüre besuchen können. Die Meisterlehrgänge und Meisterprüfungen betreffen nur einige wenige von uns, und so kommt es wohl, dass die meisten nicht wissen, dass man noch vor einigen Jahren nach USA reisen musste, um an den Meisterlehrgängen und Meisterprüfungen teilzunehmen. Mittlerweile ist es viel einfacher, denn als Europäer kann man die Meisterlehrgänge bei den sogenannten Europa-Events besuchen. Und ebendort finden auch die Meisterprüfungen statt, wobei es die beiden Veranstaltungen natürlich nach wie vor in den USA gibt.

Die Meisterlehrgänge können nur bedingt mit unseren DTSDV-Lehrgängen verglichen werden. Unsere nationalen Lehrgänge finden mehrmals im Jahr zu verschiedenen Themen statt und dauern üblicherweise – abgesehen vom Sommerlager in Taching – drei Stunden. Die Meisterlehrgänge dagegen finden nur einmal im Jahr irgendwo in Europa statt und dauern gleich mehrere Tage. Auch bei den Lehrgangsthemen gibt es da zum Teil recht gravierende Unterschiede. Den Teilnehmern der Meisterlehrgänge wird einiges an Wissen und Können abverlangt. Unter anderem an der Qualität der gezeigten Techniken sollte man ein jahrelanges intensives Training erkennen. An den Formen und den Einzschritttechniken sollten unverkennbar unsere Standards erkannt werden. Beim Formenlauf sollte die Gruppe wie eine Einheit und nicht wie ein chaotischer Haufen aussehen. All das wird nicht mehr explizit gelehrt oder unterrichtet, sondern schlicht und einfach vorausgesetzt. Dennoch ist es so, dass die Meister und die angehenden Meister noch genügend Lernstoff, an dem sie arbeiten müssen, haben, ohne das bereits Gelernte zu vernachlässigen.

In den vergangenen zehn Jahren übernahmen nur vier Länder – Deutschland, Griechenland, Großbritannien und die Niederlande – die Organisation und Durchführung der Europa-Events. Je nach Land beginnen die ersten Vorarbeiten bereits 1 – 2 Jahre vor dem eigentlichen Termin, denn man muss ja nicht nur Einladungen verschicken, sondern rechtzeitig Trainingshallen, Verpflegung und Übernachtungsmöglichkeiten organisieren, Trainer einteilen, Transportmöglichkeiten vorsehen und einiges an Papierkram abarbeiten. Aber auch die Eingeladenen haben immer einiges bereits einige Wochen und zum Teil einige Monate vor den jeweiligen Europa-Events zu erledigen. Die Flugtickets und Hotels müssen rechtzeitig gebucht werden. Die Anmeldeformulare müssen ausgefüllt und an die Organisatoren geschickt werden. Meister, die als Trainer bzw. Dozenten agieren werden, müssen sich entsprechend auf das Training bzw. auf die Vorträge vorbereiten. Teilnehmer, die (möglicherweise) geprüft werden, müssen sich auf die Prüfungen ordentlich vorbereiten. Wobei wir an dieser Stelle nicht vergessen dürfen, dass wir für eine Prüfung allzeit bereit sein sollten.

Seit einigen Jahren wird an einem Tag zwischen den Meisterlehrgängen und der Europameisterschaft eine Trainingseinheit für Schwarzgurte angeboten. Für viele interessierte und ehrgeizige Schwarzgurtträger ist es eine willkommene Gelegenheit, um das Training mit den beiden Großmeistern und einigen Seniorenmeistern aus verschiedenen Ländern hautnah zu erleben. Dies sollte den Teilnehmern auch einen kleinen Vorgeschmack auf die künftigen Meisterlehrgänge geben, bei denen viele Themen rund um Tang Soo Do und verwandte Kampfkünste intensiv unterrichtet und trainiert werden. Unsere Schwarzgurte können und wissen bereits viel, aber dennoch befinden sie sich mehr oder weniger am Anfang des Weges Richtung Meisterschaft. Dieser Weg sollte allerdings kein Ego-Trip sein. Vielmehr sollte er mit vielen anderen Gleichgesinnten gemeinsam gegangen werden. Manche Leute sehen nur vordergründig den schwarzen Gürtel, den sie erreichen möchten und der ja in der Tat in greifbarer Nähe ist. Darüber vergessen sie allerdings, dass ein Schwarzgurtträger im gewissen Rahmen seiner Möglichkeiten technisch und mental gut sein sollte. Nicht der schwarze Gürtel alleine macht aus einem normalen Menschen einen vorzeigbaren Schwarzgurtträger. Es ist das Training und die harte Arbeit an sich selbst.

Zwei Besonderheiten gibt es noch bei den Europa-Meisterschaften. Die erste ist die Vorführung der Meister und Meisterkandidaten, die man sonst nur noch bei den Weltmeisterschaften erleben kann. Und die zweite Besonderheit stellen die Ehrungen dar. Während bei den nationalen Meisterschaften Blau- und Schwarzgurtträger vom 1. bis 3. Dan ihre neuen Urkunden und Gürtel bekommen, werden bei den Europa-Meisterschaften vierte Dan und Meister geehrt. Es sind immer besondere Momente für die Betroffenen und die Zuschauer, wenn man sich vor Augen hält, welchen Weg die Geehrten bereits zurückgelegt haben und welchen Weg sie noch vor sich haben. Wenn man als dritter Dan einmal in die Reihen der Meisterkandidaten aufgenommen worden ist, kann man sich eigentlich relativ leicht ausrechnen, wann man den 4. Dan Instructor bzw. 4. Dan Master bekommen wird. Wenn man als Meisterkandidat in seinen Bemühungen nicht nachlässt, alle Voraussetzungen erfüllt und natürlich auch die Prüfungen, bei denen keinem etwas geschenkt wird, besteht, sieht es meistens so aus, dass ein Jahr nach der Vorprüfung die eigentliche Prüfung zum 4. Dan Instructor und ein Jahr später die Prüfung zum 4. Dan Master kommt. Bei den Prüfungen wird – wie bereits erwähnt – keinem etwas geschenkt. Auf der anderen Seite wird auch niemand gezwungen, sich den Prüfungen zu stellen. Meinerseits möchte ich allerdings die Tang Soo Do Schüler und vor allem Trainer dazu ermuntern, den einmal eingeschlagenen Weg weiter zu gehen und nicht stehen zu bleiben.

Richard Auer, Sah Dan, TSD Sunrise-Helios

BERICHTE ZU EREIGNISSEN DER DTSDV UND WTSDA

WTSDA Europa-Events 2015 vom 18. – 22. August 2015 in Nottingham

Bericht eines Zuschauers und Fotografen

Wir waren nun schon fast eine Woche in Nottingham; während mein Vater die *Masters Clinic* und die *Black Belt Clinic* hatte absolvieren dürfen, hatten ich und meine Mutter die Gelegenheit gehabt, die Heimat Robin Hoods zu erkunden. Heute, am 22.08.2015 war der fast schon normal gewordene Ablauf – englisches Frühstück, dann mit dem Bus in die Innenstadt fahren – anders: Heute war die Europameisterschaft 2015.

Diese EM dauerte sage und schreibe mehr als 10 Stunden, denn es gab rund 410 Teilnehmer. Los ging es (Für die deutschsprachige Truppe war es etwas schwer zu sagen, wann die EM eigentlich begann, denn es gab keine Ankündigung – sie begann einfach.) um ca. 10 Uhr. Die Teilnehmer liefen

allerdings vorerst nur ihre jeweiligen Waffenformen mit Stock, Messer oder Schwert – je nach Gürtelgrad. Dabei war es ungewohnt zu beobachten, dass in England bereits kleine Kinder teilweise den Cho Dan Bo oder sogar schon den ersten Dan trugen.

Danach erst wurde die Meisterschaft offiziell von Großmeister Beaudoin (8. Dan) und Meister Khan (7. Dan) eröffnet. Nach der Aufstellung und Begrüßung der Teilnehmer sowie mehreren Reden kam als nächstes einer der Höhepunkte der ganzen Meisterschaft: Die Verleihung der neuen vierten Dane und Meistergürtel. Hierbei gab es insgesamt drei neue Meister, davon waren zwei Vertreter der deutschsprachigen Gruppe: Meister Richard Auer (Tang Soo Do Sunrise-Helios) und Meister Stefan Peters (Tang Soo Do Hochrhein/Schweiz).



Die drei neuen Meister

Bei der anschließender Kreativität waren diesmal nur zwei Studios vertreten: Das englische *London Tang Soo Do* sowie *Tang Soo Do Hochrhein* aus der Schweiz. Beide Gruppen bekamen je einen hübschen Pokal. Nach diesen beiden beeindruckenden Darbietungen führten die Meister und Meisterkandidaten als mögliche Inspiration für weitere Kreativitätsvorführungen eine erweiterte Form der Einschritttechniken auf.

Dann begann endlich die eigentliche Meisterschaft. Als erste absolvierten die *Tiny Tigers* ihre Wettbewerbe; danach kamen die restlichen Teilnehmer nach steigendem Prinzip – entsprechend Alter und Gürtelgrad – dran.

Nach einiger Zeit harter Arbeit – für die Juroren einige Stunden mit nur wenigen Minuten Pause dazwischen – stellten sich alle wieder auf, denn jetzt kam es zur Ehrung der Champions:

Insgesamt je vier weibliche und männliche Teilnehmer – unterteilt nach Schwarz- und Farbgurten –, die mit ihren Gesamtwertungen möglichst nahe an der höchsten erreichbaren Punktzahl – 40 Punkte – lagen. Allerdings ist erwähnenswert, dass bei solchen internationalen Meisterschaften ein Champion, der bereits vor der Verleihung der Champion-Trophäe gegangen ist, diese nicht bekommt. Der jeweils nächste mit der entsprechenden Punktzahl rückt dann auf.

Dabei muss man aber sagen, dass es zu diesem Zeitpunkt in der für eine EM relativ kleinen Halle beim Publikum ziemlich dreckig war – obwohl einige (wenn auch nicht besonders viele) Mülleimer bereitstanden, landete der ganze Müll letztendlich irgendwie auf dem Boden.



Teilnehmer der Europa-Meisterschaft bei der offiziellen Eröffnung

Alles in allem war diese Meisterschaft, abgesehen von einer verletzten Grüngurträgerin, ein voller Erfolg. Die meisten Teilnehmer aus Deutschland und der Schweiz konnten sich in verschiedenen Disziplinen durchsetzen und räumten verschiedene Plätze ab. Der Ablauf war für uns zwar etwas unge-

wohnt, lief ansonsten aber recht reibungslos, was nicht zuletzt der guten Organisation zu verdanken war.

Leonard Auer, 4. Gup, TSD Sunrise-Helios

Gedanken eines Teilnehmers nach der EM 2015

Nachdem ich erneut die Möglichkeit hatte, an einer internationalen Meisterschaft teilzunehmen, konnte ich beobachten, wie meine Formen und Techniken interpretiert und gewertet wurden. Besonders interessant war für mich die Punktevergabe im direkten Vergleich mit der Konkurrenz. Dabei hatte ich mir so manche Gedanken gemacht. Denn auch vom Zuschauen und Hören kann man viel lernen.

Ich denke, dass es für die geistige und körperliche Weiterentwicklung eines jeden Einzelnen ganz wichtig ist, aus dem regelmäßigen Trainingstrott heraus zu kommen. Es ist sinnvoll, über den eigenen Tellerrand zu schauen und einmal andere Trainingsabläufe und andere Trainer kennen zu lernen. Dabei spielen auch Lehrgänge und Meisterschaften eine wesentliche Rolle. Wie soll ein Schüler sich entwickeln, wenn er immer nur das eigene Studio besucht, vielleicht sogar nur das Handbuch zu Rate zieht.

Wenn ein Schüler ein anderes Studio besucht, so kann er dort bereits feststellen, wie so manche Ausführung einer Technik anders interpretiert und gezeigt wird.

Genauso ist es mit den Lehrgängen. Hier wird die geistige Weiterentwicklung gereizt und geprägt. Die Eindrücke, das persönliche Auftreten und die Darstellung seines Studios gegenüber anderen sind Schätze, die man selber so nie erfährt. Wie kann eine Person heran reifen, die nie die Bereiche außerhalb des eigenen Studios gesehen hat? Dort draußen erfährt sie Stolz, der persönliche Ehrgeiz wird geweckt und der Mut wird gefördert. Man repräsentiert schließlich seinen Meister in einer anderen Umgebung. Hierzu zitiere ich unseren leider allzu früh verstorbenen Großmeister und Founder J. C. Shin: *„Die Qualität eines Trainers erkennt man an seinem Verhalten. Das Verhalten seiner Schüler spiegelt die Auswirkungen seines Lehrens wider.“*

Dabei soll es an dieser Stelle nicht bedeuten, seinen Meister nicht ernst zu nehmen oder sich gar abzuwenden. Nein, die Beziehung zwischen dem Meister und seinem Schüler ist ungemein wichtig. Jeder Schüler hat einen Meister und jeder Schüler braucht auch seinen Meister. Diese Wechselwirkung muss aus Vertrauen, Kollegialität und vielleicht sogar aus Freundschaft bestehen. Wenn diese Situation herrscht, können beide Seiten viel voneinander lernen.

Im November 1982 wurde die Proklamation der drei Mottos verabschiedet: Traditionalismus, Professionalismus und Brüderlichkeit. Diese Leitsätze konnte ich selber in anderen Studios und anderen Vereinen beobachten.

Ich persönlich bin der Meinung, dass diese Erfahrungen wahnsinnig wichtig sind für den weiteren Verlauf im Tang Soo Do. Sei es als Farbgurt oder im Range eines Schwarzgurtes. Mein Meister sagt immer: *„Wer viel reist, hat viel zu erzählen.“* Das stimmt, aber man kann auch viel lernen.

Oliver Stahl, Cho Dan Bo, TSD Esting

World Ki Gong Club Lehrgang vom 28. – 30. August 2015 in North Utica

Vom 28. bis 30.08.2015 fand der jährliche Ki Gong Lehrgang des World Ki Gong Club in North Utica/Chicago USA statt. Über 40 Teilnehmer aus USA und Europa fanden sich an diesem Wochenende zusammen, um gemeinsam Neues zu lernen und bereits Gelerntes wieder aufzufrischen.

Im stündlichen Rhythmus wurden diverse Themen abgehandelt. Neben der so wichtigen Theorie kamen die notwendigen Übungen zur Festigung des Erlernten nicht zu kurz.

Am Freitagvormittag wurde eine vereinfachte T'ai Chi Ch'uan Form mit 24 Positionen aus dem Yang-Stil durchgenommen. Daran schloss sich eine 5 Elemente der Handflächen Xing-Yi Form sowie eine Einführung in die Prinzipien des Bagua – eine Bewegung in Kreisform – an.



Tae Kuk Ki

Schalen. Keramik- und Metallschalen wurden durch Anschlagen zum Schwingen gebracht, um die Tiefe der Meditation zusätzlich zu unterstützen. Eine ganz neue Erfahrung für alle Anwesenden.



Vortrag über Fußzonenreflexmassage

(Tai Chi Harmony) Form ausführlich und erläuterte die einzelnen 18 Bewegungen intensiv, bevor man sie dann gemeinsam in ihrer Gesamtheit ausführte. Dazu gab es auch noch eine Kurzvariante der Form in der Bewegung.

Für die Neulinge gab es danach eine Einführung in die Duftform Teil I und II. Parallel hierzu übten die Fortgeschrittenen die 8 Teile der Brocade-Form. Das Üben der Bo Kun Jahng Soo Gong Form – eine Gesundheitsübung – für alle schloss sich daran an.

Zur großen Überraschung aller gab es danach eine sehr interessante traditionelle Tee-Zeremonie mit vielen praktischen Hinweisen zur korrekten Ausführung. Wer dann noch mochte, nahm an der einstündigen So Joo Chun Knochenmark-Reinigungsprozedur teil.



Spaziergang im Canyon

Nach dem offiziellen Willkommen und der Vorstellungsrunde ging es gleich mit einem wichtigen Thema weiter. Klaus Trogemann, als einer der Instruktoren dieses Lehrganges, präsentierte eine Einführung in die Fußreflexzonenmassage und deren positive Auswirkung auf das körperliche Wohlbefinden. Daran anschließend gab es für die Anfänger die Ki Gong Grundform und für die Fortgeschrittenen eine Einführung in die Theorie der Meridiane. Weiter ging es mit den Grund Ki Konzepten für die Neulinge und dem Üben der Frühlingswald-Form für die Fortgeschrittenen. Zum Abschluss gab es eine Meditationssitzung mit Einsatz der singenden

Am darauf folgenden Samstag ging es gleich morgens um 6 Uhr zu einem einstündigen Meditationsspaziergang durch die Natur in einen Canyon. Der wurde nur unterbrochen durch die Ausführung einer 12 Punkte Klopf- und Handschwingform mit einer anschließenden Kurzmeditation in freier Natur. Nach dem Frühstück wurde die Drachen-Tor-Form – eine Bewegungs- und Meditationsform – gemeinsam ausgeführt. Nach der Einführung in die Fünf-Phasen-Theorie schloss sich die praktische Ausführung dieser Meditationsform an.

Nach dem Mittagessen behandelte Klaus Trogemann die Theorie der Tae Kuk Ki

Am nachfolgenden Sonntagmorgen ging es wiederum um 6 Uhr Früh zu einem einstündigen Meditationsspaziergang in einen weiteren Canyon, der nur durch das Üben der Seidenspulen-Form unterbrochen wurde. Auch hier wurde wieder in freier Natur meditiert. Nach dem Frühstück wurden nochmals einzelne zuvor gelernte Formen zur Festigung wiederholt und daran schlossen sich noch einige Atmungsübungen an.

Am Spätvormittag verabschiedeten sich alle fröhlich entspannt und aufgepumpt mit Extra-Ki und traten den Heimflug an. Jeder versicherte wieder seine Teilnahme an so einem außergewöhnlichen Wochenende im kom-

menden Jahr, das aber an einem anderen Ort stattfinden wird.

Klaus Trogemann 7. Instruktorgrad Ki Gong des WKGC, TSD Esting

Tang Soo Do unterstützt Asylbewerber bei der Integration

Seit einiger Zeit wird ja sehr viel über Integration und Hilfe für Asylbewerber gesprochen. In jeder Gemeinde macht man sich Gedanken, was man für die Flüchtlinge tun kann. Immer wieder wird dabei betont, dass auch die Sportvereine eine wichtige Rolle bei der Integration spielen sollten.

In Neufahrn hat sich schon Anfang dieses Jahres der Vorstand des TSV Neufahrn auf Bitten der Abteilung Tang Soo Do sofort bereit erklärt, Asylbewerber kostenlos trainieren zu lassen.



Trainingsteilnehmer

Drei Asylbewerber kamen dann regelmäßig zum Tang Soo Do Training. Die Abteilungsleiter Robert Kallinger und Leonidas Kalojanidis unserer Sparte gaben den Neulingen Hilfestellung und teilten ihnen Übungspartner zu. Damit sie stilgerecht üben konnten, kümmerte sich Leo Kalojanidis um die passenden Do Bohk. Beim Training konnte man dann beobachten, dass Sport wirklich eine gute Möglichkeit ist, um vom nicht immer einfachen Alltag etwas abzulenken. Einer der Asylbewerber ist gläubiger Moslem, aber er kam auch während der heißen Jahreszeit im Ramadan regelmäßig. Wer das Training in unserer Sportart kennt, weiß, was das heißt, nichts zu trinken.

Leider können alle drei aus verschiedenen Gründen nicht mehr am Training teilnehmen (Ausbildungs- und Wohnort zu weit voneinander weg, Arbeit am Abend, Berufsschule fordert lernen, lernen, lernen). Aber es haben sich schon weitere Asylbewerber beim Sportverein angemeldet. Einer besucht nun unser Training, der andere hat sich für Judo entschieden.

Wir haben festgestellt, dass es nicht genügt, den Asylbewerbern die bestehenden Möglichkeiten der Integration aufzuzeigen. Es muss sie jemand (zumindest die erste Zeit) an die Hand nehmen, sie zum Sportverein begleiten und ihnen die Sicherheit geben, dass sie willkommen sind.

Für die meisten von ihnen ist ja schon die Sprachbarriere eine große Hürde. In ihren Unterkünften leben sie weitgehend isoliert, sie verstehen unser Leben nicht so recht. Die meisten von ihnen sind alleine hier, vermissen ihre Heimat und ihre Familie. Daher ist es wichtig, dass man sie auch außerhalb ihrer Deutschkurse (falls welche stattfinden) aus ihrem Alltag in den Massenunterkünften holt und ihnen die Möglichkeit gibt, auch andere Menschen kennen zu lernen.

Demnächst kommt eine große Herausforderung auf unsere Gemeinde zu. Waren es bisher nur 74 Asylbewerber, werden nun in einer Tragflughalle 300 Menschen untergebracht. Was das für diese Menschen bedeutet, kann man sich vorstellen. Keine Privatsphäre, keine Ruhe, das wird mit Sicherheit sehr anstrengend. Aber auch hier macht man sich bei Tang Soo Do bereits Gedanken, wie man gezielt helfen kann.

Leonidas Kalojanidis, 3. Gup, TSD Neufahrn

Tang Soo Do und die Jugend

Wie jedes Jahr hat sich die Tang Soo Do Abteilung des TSV-Neufahrn auch am Jugendprogramm des Jugendzentrums beteiligt. Trotz Ferienzeit haben sich einige Trainer an einem Samstag die Zeit genommen, um interessierten Kindern und Jugendlichen Tang Soo Do nahezubringen. Ein bisschen über die Geschichte und die Philosophie von Tang Soo Do, dann lustige Aufwärmübungen und Selbstverteidigungstechniken machten den Kinder Spaß und der Nachmittag verging viel zu schnell.



Kursteilnehmer

Wir sind sicher, dass einige auch nächstes Jahr teilnehmen oder sich sogar für diesen Sport begeistern werden.

Leonidas Kalojanidis, 3. Gup, TSD Neufahrn

Dan-Prüfung am 19.09.2015 in Esting

Es war der 19. September 2015 um 4:00 Uhr als mein Wecker klingelte und kurz danach meine Vereinskameraden Viviane, Günter und ich uns auf den Weg zur Cho Dan Bo (ich), Cho Dan (Günther) und Sam Dan (Viviane) Prüfung in das 650 km weit entfernte München machten. Da wir in der Nacht fuhren, kamen wir ohne weitere Komplikationen an, sodass wir schon um 11:45 Uhr den Dojang von Meister Klaus Trogemann erreichten. Wir kamen mitten in einer Trainingseinheit an, welches niemanden daran hinderte, uns trotzdem herzlich zu begrüßen.



Prüfungsteilnehmer

Kurz darauf rief Meister Klaus Trogemann alle bisher angekommenen Prüflinge und Prüfer zu sich in einen Raum hinter dem Dojang, in dem er dann alle an einen großen Tisch bat und Getränke sowie belegte Brötchen anbot. So saßen dann alle zusammen an einem Tisch und es wurde weder nach Rang noch nach Stellung in der Prüfung unterschieden. Die Anspannung war besonders bei den Prüflingen natürlich zu spüren und es war klar, dass diese bis 14:00 Uhr, wenn die Prüfung beginnen sollte, sich auch noch erheblich steigern würde.

Um kurz nach 13:00 Uhr befanden sich dann alle Prüflinge und Prüfer umgezogen im Dojang. Auch Familienangehörige hatten bereits am Rand Platz genommen. Trotz der weiten Fahrt und des frühen Aufstehens plagten mich keine Müdigkeitserscheinungen, was wohl dem Adrenalin zuzuschreiben war.

Kurz vor 14:00 Uhr fing es dann endlich an und die Nervosität stieg nochmal beträchtlich. Angesichts der kleinen Räumlichkeit wurde sich einvernehmlich dafür entschieden, dass die Gruppe von 17 Prüflingen aufgeteilt wurde: in Cho Dan Bo- und 1. Dan-Anwärter sowie alle anderen höheren Dan-Anwärtern.

Meine Gruppe, also die der Cho Dan Bo- und Dan-Anwärter, startete als erstes. Es begann alles mit einigen Aufwärmübungen, wie ich sie aus meinem Verein kenne. Jedoch war die Anzahl der Übungen

immens gesteigert, welches somit viel Ausdauer abverlangte. Am herausforderndsten waren für mich weder 100 Hampelmänner oder 50 Liegestütze sowie Sit-ups am Stück zu absolvieren, sondern 200 Faustschläge in einer zu Minute auszuführen. Dies schaffen zu wollen, spornte mich enorm an.

Danach ging es nahtlos weiter in die Einschnitt-Techniken. Diese waren für Cho Dan Bo-Anwärter zwar anspruchsvoll, doch nicht über unserem Niveau. Angesichts der immer noch anhaltenden Nervosität und der anstrengenden Anreise, litt mein Gleichgewichtssinn, sodass ich mich mehr als im regulären Training bemühen musste, besonders Tritte wie Dwi Ahneoso Phaku Ro Cha Ki ordentlich auszuführen. Hiernach folgten die Hyungs, sowie die Bong Hyungs. Sofort danach sollten wir Hand-Fuß-Selbstverteidigungs-Techniken von 16-30 und die 5 Messer-Techniken vorführen. Da eine meiner persönlichen Schwächen die Fuß-Techniken sind, habe ich in diesem Moment sehr an mir selber gezweifelt, sodass ich einen kompletten Black Out hatte. Dem Prüfer, welchem ich zugeteilt war, fiel das zwar auf, doch er zeigte angesichts der Prüfungssituation großes Verständnis. Der darauf folgende Sparringteil blieb mir besonders in Erinnerung, da ich im 3. Kampf einen Tritt in den Magen bekommen hatte und daher erstmal eine kleine Pause einlegen musste. Im letzten Teil der Prüfung folgte eine Bruchtest-Einheit. Jedem Prüfling wurden 2 Holzbretter in verschiedenen Stärken gegeben. Meister Trogemann erklärte, er wolle mit dem dünneren Brett einen gesprungenen und gedrehten Tritt oder einen Geschwindigkeitsbruchtest sehen. Ich entschied mich für einen Geschwindigkeitsbruchtest, da ich eine recht zarte Statur habe und davon ausging, bei beispielsweise einem Dwi Ahneoso Phaku Ro Cha Ki das Brett nicht durchstoßen zu können. Beim zweiten Brett führte ich einen Cchik Ki aus. Als ich mit meinem Teil der Prüfung fertig war und nun die höheren Dan-Anwärter geprüft wurden, fiel



erstmal jegliche Form von Anspannung von mir. Ich fühlte mich erschöpft und war froh, die Prüfung erfolgreich gemeistert zu haben. Gleichzeitig schlichen sich Gedanken ein, was ich besser hätte machen können, sodass ich zugeben muss, recht unzufrieden mit meiner Leistung gewesen zu sein. Die lange Fahrt machte sich in der Ausführung der Techniken und Konzentration doch deutlicher bemerkbar als ich zuvor annahm.

Beim zweiten Prüfungsteil schaute ich dann vom Rand aus zu. Das Training der Schwarzgurte war am Anfang mit dem meiner Prüfung identisch. Als Zusatz wurden diverse Falltechniken sowie Tritte an Schaumstoffkissen abverlangt. Sehr interessiert schaute ich mir alles genau an.

Nach weiteren 1,5 Stunden war auch die Prüfung für die zweite Gruppe beendet und alle fingen an, sich in die Arme zu schließen und sich gegenseitig zu beglückwünschen. Hierbei gratulierte jeder jedem, egal ob man sich persönlich kannte oder nicht. Es wurden nette Worte ausgetauscht. Auch zu mir kamen einige Prüfer um mir die Hand zu geben. Ein Prüfer blieb mir besonders positiv in Erinnerung, da ihm wohl aufgefallen war, dass ich mit meiner Leistung nicht zufrieden gewesen war, und das persönliche Gespräch mit mir suchte, indem dieser schilderte, er habe eine ähnliche Situation bei seiner Meisterprüfung erlebt und ich solle mir darüber keinen Kopf mehr zerbrechen.

Kurz danach gingen dann alle in ein benachbartes asiatisches Lokal, in welchem man sich bei Essen und Trinken ausgelassen unterhielt. Obwohl ich das erste Mal an einer Prüfung in München - und das in einer Gruppe, in der die meisten sich schon jahrelang untereinander kannten - teilnahm, habe ich mich nicht fremd oder neu gefühlt. Ich wurde sofort integriert und kann nur jedem empfehlen, keine Scheu zu zeigen, sollte seine Prüfung nicht unbedingt in der Heimat stattfinden.

Celine Schulte, 1. Gup, TSD Menzelen

Gedanken zu den Internationalen Deutschen Meisterschaften 2015 in Alpen.

In diesem Jahr fanden die Internationalen Deutschen Meisterschaften im niederrheinischen Alpen statt. Teilnehmer aus den nahegelegenen Niederlanden, aus der Schweiz, Schweden, den Vereinigten Staaten und natürlich aus den Studios und Vereinen aus Deutschland hatten sich zu diesem Event am 24.10.2015 zusammengefunden. In den einzelnen Ringen wurde wie gewohnt um die begehrten Medaillen gekämpft. Der Vergleichskämpfe fanden auf einem hohen Niveau statt und sorgten auch bei den Zuschauern für ein gutes Gesamtbild unserer Kampfkunst. Nach der Eröffnung, den Ehrungen und der Promotion nahm die Veranstaltung Fahrt auf und endete am späten Nachmittag. Nachdem die Großraumturnhalle grob aufgeräumt war, fand in der Nachbarhalle die Abschlussveranstaltung mit gutem Essen und Trinken sowie tollen Gesprächen in ausgelassener, fröhlicher Stimmung statt. Soweit zum Ablauf einer (wie ich finde) sehr gelungenen Veranstaltung. Aber wie sieht die Geschichte



Teilnehmer der Meisterschaft

aus, wenn sich niemand bereit erklärt, eine solche Veranstaltung zu planen und durchzuführen? Nix ist mit Promotion, Ehrungen, guter Außenwirkung, geschweige denn mit Medaillen und Erfahrungsaustausch!

Wenn sich also einer oder zwei aus unserer TSD-Familie bereit erklären, eine solche Veranstaltung zu planen und die Organisation übernehmen zu wollen, dann gelingt das auch. Leider gibt es ein kleines Aber! Man kann so viel organisieren und machen wie man will, ohne Unterstützung gelingt es sehr wahrscheinlich nicht. Ein Organisator ist nur so gut wie sein Team, also seine Mitstreitenden und Unterstützenden, die auch machen und tun. Die kochen, backen, fahren, die Stühle und Tische schleppen sowie mit guten Vorschlägen und ihrer Tatkraft die ganze Sache zum Leben erwecken. Und wir hatten ein super Team! Auch die Erfahrung derjenigen, die schon viele Jahre solche und andere Veranstaltungen organisieren und durchführen, ist unersetzlich und stützen in schwierigen Situationen. Auf diesem Weg möchte ich allen danke sagen, die dazu beigetragen haben, dass diese Veranstaltung so gut gelungen ist. Ein Dank auch an alle, die zu uns gekommen sind und dafür hunderte Kilometer durch Europa gereist sind. Aber vor allem danke den TSD Kameradinnen und Kameraden aus Menzelen!

Nun möchte ich auch allen anderen, die diese Zeilen lesen, Mut machen, auch eine solche Veranstaltung zu organisieren. Denn auch das ist Tang Soo Do! Wenn zusammen auch solche Kämpfe bestanden werden!

Ich freue mich auf die nächste Veranstaltung und wünsche den Organisierenden viel Glück und Erfolg und so viel Spaß dabei, wie wir das bei uns in Menzelen hatten. Habt den Mut und sorgt für viele weitere Veranstaltungen und dass wir uns alle in so einem Rahmen wiedersehen können.

Hans Peter Terhorst, 3. Gup, TSD Menzelen

Organisation einer TSD-Veranstaltung wie Meisterschaften oder Lehrgängen

Zu diesem Thema wurden schon so einige Zeilen geschrieben. Nun möchte ich mal meine Sicht der Dinge in diesem Artikel darlegen.

In diesem Jahr wurden die Internationalen Deutschen Meisterschaften im Tang Soo Do durch die TSD-Schule Menzelen organisiert. Als Organisationsköpfe übernahmen Michael Würzinger und ich die Verantwortung und begaben uns nach Absprache vor einem Jahr an die Arbeit. Dabei wurde uns schnell klar, dass wir nicht alle Aufgaben übernehmen konnten und suchten uns fleißige Helfer aus unseren Reihen. Dabei kamen uns die Erfahrungen und über Jahre erarbeiteten Grundprozeduren

von Meister Trogemann zugute. Grundsätzliche Dinge im Ablauf und die dazugehörige Hardware mussten nicht mühsam erarbeitet werden. Dennoch blieben unzählige Aufgaben zu organisieren und durchzuführen. Zu diesen Dingen gehörten die rechtzeitige Reservierung einer Sporthalle, die eine ausreichende Größe aufweist sowie eine Zuschauertribüne. Auch das Catering, Schlafgelegenheiten, einen Transferbus sowie der Transfer vom und zum Flughafen wie zu den Bahnhöfen, Getränke, Frühstück, eine Halle, in der ein großer Teil unserer Gäste übernachteten konnten sowie unzähliger kleiner Dinge mussten bedacht werden. Ein Riesenvorteil dabei war die Material- und Organisationsliste von Meister Klaus Trogemann. In Zusammenarbeit mit dem Orgateam wurden alle Punkte abgearbeitet, sodass das Fest ohne große Schwierigkeiten stattfinden konnte. Das wichtigste bei der Durchführung und Planung ist ein reger Informationsaustausch untereinander und die Weitergabe der Sachstände, um rechtzeitig reagieren und agieren zu können, wenn es Schwierigkeiten gibt.

Kurz vor dem Event wurde es noch mal etwas hektisch. Nun muss die Vorbereitung der Halle, das Catering und all die anderen Dinge in die Tat umgesetzt werden. Viele fleißige Hände sind von Nöten und auch Urlaubstage gehen dabei für einige drauf. Wenn dann der Vortag, nach unzähligen Whats App-Nachrichten und Telefonaten, am frühen Morgen des Haupttages endet, geht man fix und fertig ins Bett. Aber nicht für lange, denn es geht nach 4-5 Stunden Schlaf in die Halle, um den Rest vorzubereiten. Dann ist es so weit und das Fest beginnt. Auch im Verlauf sind viele fleißige Hände von Nöten, um Würstchen, Kaffee, Kuchen und so weiter an den Mann oder die Frau zu bringen. Ein wichtiger Punkt ist auch die Überwachung der Umkleide- und Sanitärräume, um nur eine der eher unangenehmen Aufgaben zu nennen. Wenn dann alles vorbei ist und der Ort des Geschehens grob aufgeräumt ist, dann geht es erleichtert zum gemütlichen Teil über. Aber auch der will organisiert und betreut werden. Doch wenn alle Gäste verabschiedet und die Hallen leer sind, dann macht sich Zufriedenheit und Entspannung breit,



Die diesjährigen IDM-Champions

auch ein paar kühle Getränke haben dazu beigetragen. Am darauf folgenden Tag werden noch einige Sachen aufgeräumt und das war es dann auch schon, bis auf die Abrechnung des Events. Das passiert zeitnah.

Nun, das ist es grob zum Prozedere und zum Ablauf bei einer Planung und Durchführung. So ähnlich läuft das auch, wenn ein Lehrgang über ein Wochenende organisiert wird. Aber nun bitte nicht vor Angst erzittern. Eine solche oder ähnliche Veranstaltung zu organisieren und durchzuführen ist kein Hexenwerk und auch keine jahresfüllende Aufgabe! Ja! Es ist mit Zeit und Aufwand für jeden des Orgateams verbunden, es sind auch kleine Mühen und Schwierigkeiten zu bewältigen, aber keine großen Probleme. Letztlich ist es nur der Wille und der Mut, eine solche Veranstaltung auf die Beine zu stellen. Und es ist unabhängig davon, ob ein Schwarzgurt im dritten Dan oder ein Farbgurt das Zepter in die Hand nimmt. Es ist rein der Wille und das Engagement!

So und nun möchte ich euch alle dazu aufrufen es mal selber zu machen. Hilfe wird euch zuteil, da bin ich mir sicher, dass das bei Euch genau so sein wird. Allen anderen, die nicht das Zepter übernehmen möchten, denen gebe ich nicht nur den Rat sondern fordere sie auf, die Organisierenden mit Rat und Tat zu unterstützen, denn sie sind auf Eure Hilfe angewiesen! Wie wir wissen, ist auch das Tang Soo Do, wenn man zusammen auch solche Kämpfe besteht.

Hans Peter Terhorst, 3.Gup, TSD Menzelen

Vorsicht Elche? - TSD in Schweden

In ein anderes Land auszuwandern ist wirklich eine spannende Sache. Fremde Sprache, neuer Job, andere Kultur... und für mich ganz wichtig: neuer TSD-Club. Im August 2015 bin ich nach Schweden ausgewandert und einer der Hauptgründe warum es ausgerechnet Täby in Schweden sein musste, war, dass es hier einen TSD-Verein der WTSDA gibt.

Die Mitglieder des Clubs haben mich wirklich sehr herzlich empfangen und aufgenommen und schon nach kurzer Zeit hatte ich das Gefühl, meine deutsche TSD-Familie um eine schwedische Seite erweitert zu haben. Ich bin mir sicher, Thomas Schromm aus Au (der hier in Stockholm studiert und auch im Club trainiert) geht es ähnlich. Der Täby TSD Karateklubb wird von Meister Daniel Marcko geleitet und hat etwa 100 Mitglieder. Das Training findet dreimal in der Woche statt und dauert ein bis drei Stunden.



Meister nicht nur im TSD!



Gürtelverleihung

Großartig war es, die Feier zum 20jährigen Bestehen des Clubs miterleben zu dürfen. Ein viertägiger Lehrgang, Jubiläumsdinner und "Breakathon" bildeten den Rahmen für dieses Event, das während der schwedischen Herbstferien Ende Oktober stattfand. Dazu reisten unser Meister Trogemann, Meister Scott Homschek und Meister Patrick West aus den USA und Meister Phil Wiskin aus Großbritannien an. Zusammen mit Meister Marcko boten sie großartige Kurse für die Mitglieder des Clubs und interessierte Schüler der umliegenden Schulen an. Von praktischen Dingen wie Fallschule, Selbstverteidigung mit einem Seil, Umgang mit dem Messer, Sparring oder Formen bis zur Theorie des Unterrichts beinhalteten die Workshops alles, was das TSD-Herz begehrt - eine echte Herausforderung für Körper und Geist! Ich habe Tage gebraucht, bis ich wieder normal laufen konnte.

Und wie schön: Genauso wie bei unseren Lehrgängen in Deutschland kommt auch hier das gesellige Miteinander nicht zu kurz. Beim Mittagessen, in Gesprächen während der Pausen oder natürlich dem gelungenen Jubiläumsdinner hatte man ausreichend Gelegenheit für interessante Gespräche und der Spaß kam selbstverständlich auch nicht zu kurz.

Mein persönliches Highlight während des Lehrgangs war, in Anwesenheit von Meister Trogemann meinen blauen Gürtel verliehen zu bekommen. Ich möchte mich ganz herzlich bei meinen Trainern Barbara, Anna, Thomas und Matthias bedanken, die mich mit ihrem Wissen und Können auf dem Weg dorthin begleitet haben und die mir nicht nur im TSD-Leben ans



Herz gewachsen sind. Unseren "Extended-Version-Sonntags-Lunch" vermissen ich sehr. (Bestellt schon mal ein vegetarisches Panini für den 20. Dezember!)

Ein "handfester" Abschluss des Lehrgangs fand sich im "Breakathon" am Sonntagnachmittag, bei dem Mitglieder, Verwandte und Freunde für einen guten Zweck spendeten und jede Spende mit einem Bruchtest belohnt wurde.

Ich empfinde es als große Bereicherung, in einem anderen Club in einem anderen Land zu trainieren und kann jedem nur empfehlen die TSD Clubs dieser Welt zu besuchen. Für unseren Club hier in Täby kann ich sagen, Besucher sind immer herzlich willkommen und ich würde mich natürlich auch über Besuch aus Deutschland freuen ...und Schweden ist immer eine Reise Wert - auch wenn ich bisher nur Elche im Zoo gesehen habe.

Ganz viele liebe Grüße aus Schweden und bis hoffentlich bald auf einem der nächsten Lehrgänge!
Tang Soo!

Tatjana Schwarz, Cho Dan Bo, Täby TSD Karateklubb, Schweden

HINWEISE

Kommende Veranstaltungen

- ⊗ Für den 28.11.2015 zwischen 13:30 und ca. 16:30 Uhr ist die nächste Gup-Prüfung in Esting geplant.
- ⊗ Der letzte reguläre DTSDV-Lehrgang des aktuellen Jahres – der Seniordan-Lehrgang – findet am 12.12.2015 von 10:00 – 13:00 Uhr statt.
- ⊗ Die Jahreshauptversammlung der DTSDV e.V. findet ebenfalls am 12.12.2015 von 13:30 bis ca. 16:00 Uhr statt. Die Einladungen an alle Vereine sind rechtzeitig verschickt worden.
- ⊗ Der erste DTSDV-Lehrgang im kommenden Jahr – der Trainerlehrgang – ist für den 16.01.2016 geplant. Hier noch eine Bitte an alle Studioleiter, die in Frage kommenden Schwarzgurte hierüber zu informieren.
- ⊗ **Bitte vormerken:** Die IDM 2016 wird am 25.06.2016 in Leitershofen stattfinden. Nähere Infos hierzu werden rechtzeitig über die IDM-Homepage online gestellt.

Aus aktuellem Anlass

- ⊗ Aus gegebenen Anlässen weise ich nochmals ausdrücklich darauf hin, dass die letztendliche Entscheidungskompetenz, die über die Zulassung zu einer Dan-Prüfung oder das Bestehen einer Dan-Prüfung beschließt, ausschließlich bei der Deutschlandvertretung der WTSDA liegt! Jedes in Frage kommende Mitglied der DTSDV kann sich wegen einer kompetenten Auskunft persönlich jederzeit an die Vertretung wenden.

Klaus Trogemann, Yuk Dan, TSD Esting

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

Mitglieder der DTSDV e.V.

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

Aktuelle Termine

Aktuelle Termine können auf der Homepage www.dtsdv.de unter **Termine** eingesehen und ausgedruckt werden.

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.