



# 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 Mail 2017

## EDITORIAL

### *Nicht sofort erfüllte Erwartungen*



Einige in den letzten Monaten aufgetretene Ereignisse und daraus erfolgte Reaktionen haben mich bewogen, mir mal wieder so meine Gedanken über seltsame Denkweisen, Erscheinungsbilder und Handlungsweisen zu machen.

Es passiert immer wieder, dass Personen, deren Wunschvorstellungen nicht gleich nachgekommen wird, sofort die Sachen hinschmeißen und wie eine beleidigte Leberwurst reagieren. Sie sind der Meinung, dass Ihren persönlichen Wünschen und Ansinnen nicht gebührend Folge geleistet wird und sind aus Enttäuschung darüber sichtlich verärgert. Leider findet aber bei ihnen keine reale Selbstreflexion über die Tatsache, die sie verärgert hat, statt. Sie neigen einfach dazu, voreilig und kurzsichtig zu reagieren.

Die betroffenen Personen sehen nur scheuklappenartig ihre Situation aus ihrer Sichtweise und sind nicht gewillt oder auch nicht bereit, wenigstens ansatzweise eine andere Sichtweise bzgl. ihres Problems oder Ansinnens gelten zu lassen bzw. in Betracht zu ziehen. Sie stehen damit zwangsläufig vor dem für sie entstanden Trümmerhaufen ihrer Wunschvorstellung. Weil sie, bedingt durch ihre eingeschränkte Denkweise, auch keine andere Lösung bzw. keinen gangbaren Weg erkennen wollen oder auch erkennen können, neigen sie dann sehr schnell zu Kurzschlusshandlungen. Diese unnötig vorsehnellen Reaktionen ließen sich bei etwas 'good will' auf der eigenen Seite im eigenen Interesse durchaus vermeiden.

Dies möchte ich jetzt mal kurz an einigen sich in letzter Zeit ereigneten Beispielen erörtern.

Jemand will eine höhere Graduierung in seiner Sportart erwerben und hat dabei für sich persönlich klare Vorstellungen, wie der Ablauf dazu erfolgen sollte bzw. aus seiner Sicht zu erfolgen hat. Nur vergisst er dabei, dass auch ein Reglement für die entsprechende Vorgehensweise im Verband existiert, die für alle ohne Ausnahme gilt! Er erwartet nun, dass der Verband entsprechend seinen Vorstellungen und Wünschen ungeachtet des existierenden Reglements in seinem Sinne agiert. Reagiert der Verband nicht sofort entsprechend seinem Ansinnen, ist er gleich enttäuscht, wird sofort sauer und fühlt sich ungerecht behandelt. Er neigt, wegen seiner fehlenden Selbstkritik, dann gleich zu kurzfristigen Fehlreaktionen. Dabei ist es doch in einem vernünftigen Gedankenaustausch und mit gutem Willen durchaus möglich, eine für beide Seiten gangbare Lösung für das anliegende Problem zu finden. Allerdings darf man nicht erwarten, dass man für sich nur die Rosinen herauspicken kann, während für die anderen das üblich gültige Reglement gilt. Ein Nachkommen dieser Vorgehensweise würde nur böses Blut erzeugen. Ein Verband muss nun mal gerecht nach allen Seiten agieren und handeln. Auch wenn es einem persönlich im Einzelfall nicht passt. Aber es gilt noch immer das Sprichwort: Man kann für alles eine Lösung finden, man muss es nur wollen, in einem berechtigten Einzelfall auch mal alle Fünf gerade sein zu lassen.

Weil das von einem persönlich geforderte Ergebnis nicht so eintrifft oder eingetreten ist, wie man es für sich erwartet hat, ist es noch lange kein Grund, gleich alle Klamotten hinzuschmeißen. Dies zeugt nur von einer Kindergarten- bzw. Sandkastenmentalität, die nicht dem zu erwartenden Niveau eines erwachsenen Budo-Sporttreibenden entspricht. Es ist nun mal im Leben so, dass nicht alles so kom-

men muss, wie man es sich wünscht. Wichtig ist doch nur, dass man nie aufgibt, auch wenn nicht alles gleich so geschieht oder eintrifft, wie es einem genehm wäre. Wo ist denn bei der betroffenen Person der so oft beschworene Budo-Kampfgeist.

Nun zu einer weiteren Variante. Jemand möchte seine woanders erworbenen Graduierungen nun von einem angesehenen Verband anerkennen lassen. Auch hier gelten bestimmte für alle gültigen Regelungen, die im fairen Interesse der Gemeinschaft gegenüber beachtet und eingehalten werden müssen. Dazu gehören auch die einzuhaltenden Zeitintervalle zwischen den einzelnen Graduierungen. Die vorgewiesenen Dokumente müssen überprüfbar sein. Erworbene Graduierungen müssen durch Überprüfungen auch in technischer Hinsicht nachweisbar sein! Und wer eine Urkunde im DDK ausgestellt haben möchte, muss sich dem stellen und seine laut Graduierung erworbene Kompetenz auch unter Beweis stellen können. Über den 'Modus Vivendi' kann man im einzelnen Fall reden. Auch hier gilt es, wenn es nicht gleich so läuft, wie man es sich vorstellt, muss man nicht gleich ungehalten sein und sich abgrundtief benachteiligt fühlen. Mit ein bisschen Einsicht für die berechtigten Gründe der Verbandsverantwortlichen, ist auch in verzwickten Fällen durchaus eine vernünftige Lösung möglich.

Um es klarzustellen, jeder Budo-Verband ist um jedes fachlich kompetente Mitglied froh, dankbar und weiß es zu schätzen sowie ist weit entfernt davon, sich engagierte Mitglieder leichtfertig zu vergraulen. Aber auch ein existierendes Regelwerk gilt es nun mal zu beachten. Das gebietet die Fairness gegenüber allen anderen Mitgliedern des Verbandes.

Ego-Trips und kindisches Reagieren sind nun mal eines ernsthaft handelnden Budo-Verbandsmitglieds nicht würdig.

Noch kurz zum Schluss eine Bemerkung. Leider übernehmen viele aus egoistischem Interesse ein Amt, wobei es doch in erster Linie um eine ehrenamtliche Tätigkeit und um uneigennützig Beiträge dem Verband gegenüber gehen sollte. Daraus sollte man nicht automatisch für sich selbst zustehende Sonderkonditionen bzgl. Graduierungen ableiten. Wer so denkt und handelt, tut letztendlich sich selbst keinen Gefallen. Was ist ein Titel ohne die dahinterstehende Kompetenz wert? Was ist ein Gürtel ohne die dahinterstehende Leistung wert?

*Klaus Trogemann, Yuk Dan, TSD Esting*

---

## BERICHTE ZU EREIGNISSEN DER DTSDV UND WTSDA

---

### *Fallschule / Falltechniken in der Kampfkunst*

Stürzen, stolpern, ausrutschen, fallen – all dies sind ungewollte Begleiterscheinungen des Alltags vom Kleinkind bis in das Seniorenalter mit mehr oder weniger schwerwiegenden Folgen.

Während Stürze immer einen plötzlichen unerwarteten Aspekt mit hohem Verletzungsrisiko in sich tragen (z.B. ein Sturz auf dem Glatteis), spricht man bei bestimmten Sportarten beim Fallen von einem kalkulierbaren oder sogar bewusst eingegangenen Risiko, das durch ein entsprechendes Falltraining minimiert werden kann. In Kampfsportarten wie Judo oder Ringen gehören Falltechniken zum motorischen Handlungsrepertoire.

Doch sobald die Fallschule im Training thematisiert wird, sehe ich oftmals rollende Augen, höre ein leises Stöhnen und vernehme immer wieder die gleichen Fragen:

- ☹ Für was soll das gut sein?
- ☹ Für was muss ich im Tang Soo Do fallen können?

Betrachtet man die Il Soo Sik Soo Ki Dae Ryun (Handtechniken) und die Il Soo Sik Jok Ki Dae Ryun (Einschritt Fußtechniken) findet man z.B. in der Handtechnik Nr. 15 ein gutes Beispiel, warum Falltechniken auch im Tang Soo Do zwingend notwendig sind.

Doch was ist Fallschule / was sind Falltechniken und welche Formen gibt es?

*Als Fallschule, Falltechnik und – in japanischen Kampf-Disziplinen – Ukemi (jap. 受け身) werden verschiedene Arten des Fallens bezeichnet, bei denen der Fallende möglichst wenig Schaden nimmt. Ziel der Einübung der Fallschule ist, einen sicheren und kontrollierten Übergang vom Stand zum Boden (und ggf. direkt wieder in den Stand) zu gewährleisten. Die eingeübte Falltechnik soll im Fall der*

*Fälle (beim Stolpern, einem Schubs-Angriff etc.) reflexartig ausgeführt werden, um eine zeitliche Verzögerung – durch aktives Nachdenken – zu minimieren und dadurch unverletzt und kampffähig zu bleiben.*<sup>1)</sup>

In den Jahren von 1984 bis 1994 und 2008 bis 2012 habe ich aktiv Judo ausgeübt. Mein erster Trainer favorisierte die Fallschule in der harten Variante. Hierbei werden die Falltechniken mit viel Körperspannung und relativ „hart“ ausgeführt. Diese Form der Fallschule zu vermitteln, ist in einer Erwachsenenengruppe sehr schwierig. Als erwachsener Mensch weiß ich schließlich ja, dass „Fallen“ mit Schmerzen verbunden ist. Und die „harte“ Fallschule ist für den Ausübenden oftmals unangenehm und zum Teil bei falscher Ausführung auch schmerzhaft. Hierdurch haben oftmals die Schüler wenig Lust, dies zu üben oder über sich ergehen zu lassen.

Da zwischenzeitlich sich in den Lehrmethoden natürlich sehr viel geändert hat und heutzutage die – ich nenne sie „die sanfte Variante“ der Fallschule – im Judo vermittelt wird, bat ich den Trainer der Judoabteilung des SV Göttingen, Herrn Klaus Ziegengeist, bei uns im Training eine Trainingseinheit zum Thema Fallschule / Falltechniken zu geben. Zu meiner großen Freude wurde dieser Bitte durch ihn umgehend entsprochen.

Am 6. Dezember war es dann soweit. Klaus besuchte uns in Ulm im Training. Klaus ist seit 1972 aktiv im Judo und ein langjähriger und sehr erfahrener Trainer.

Nach einer lockeren Aufwärmereinheit von 25 Minuten übernahm Klaus das Training und fing mit dem Seitwärtsfallen an.

*Seitwärtsfallen – in japanischen Kampf-Disziplinen Yoko-Ukemi (jap. 横受身) genannt – wird verwendet, um Techniken abzufangen, die einseitig das Gleichgewicht brechen, bspw. ein Bein wegziehen.*<sup>1)</sup>

Der systematische Aufbau der Fallübung begann in der Bodenlage. Hierzu legten sich alle seitlich auf den Boden und fingen an mit beiden Beinen seitlich auf und ab zu schwingen.



Langsam wurde die Fallhöhe erhöht und es wurde die Technik aus der Hocke trainiert. Abschließend ging es in den Stand und die Technik wurde aus dem Stand geübt.

Als nächste Technik wurde das Fallen nach Hinten geübt. Auch hier wurde in der Bodenlage auf dem Rücken liegend angefangen und langsam von unten nach oben die Fallhöhe erhöht.

*Beim Fallen nach hinten – in japanischen Kampf-Disziplinen Ushiro-Ukemi (jap. 後ろ受身) bezeichnet – ist es besonders wichtig, den Kopf vor dem Aufprall zu schützen ("das Kinn auf die Brust zu nehmen"). Dieser ist durch den geraden Fall nach hinten und den Peitscheneffekt des Körpers besonders gefährdet. Vor dem Aufprall werden beide Arme nach hinten genommen und fangen den Fall mit dem Abschlagen – vor dem Aufkommen des Oberkörpers – ab.*<sup>1)</sup>

Anschließend wurden Partnerübungen durchgeführt. Der eine Partner gab durch Schucken einen Impuls – entweder nach links, nach rechts oder nach hinten. Je nach Impuls wurde dann eine der zuvor erlernten Falltechniken angewendet.



Es wurde im Anschluss eine kleine Pause gemacht, um sich von der eher ungewohnten Anstrengung des Hinfallens und wieder Aufstehens zu erholen. Hierbei konnte man feststellen, dass das „Eis“ gebrochen war und die Schüler eine große Freude an der hier durch Klaus vermittelten Fallschule entwickelten. Erholt und gut gelaunt ging es im Anschluss weiter mit dem Fallen vorwärts.

*Das Fallen nach vorne – in japanischen Kampf-Disziplinen Mae-Ukemi (jap. 前受身) – erfolgt schräg zur Längsachse des Körpers und folglich nicht über den Kopf, im Gegensatz zur Rolle beim klassischen Turnen. Hier führt ein Arm den Fall an und die Fallachse wird von dem Arm über der Schulter quer über den Rücken geleitet. Hier existieren Varianten, die sich v.a. im Verhalten nach dem eigentlichen Fall und dem Vorwärtsrollen äußern.<sup>1)</sup>*

Wie bereits in den anderen Techniken wurde auch hier von unten nach oben die Fallhöhe erhöht, so dass sich alle langsam an das Gefühl des Fallens gewöhnen konnten.



Zum Abschluss des Trainings wurden anhand der Handtechniken Nr. 14 und 15 die erlernten Falltechniken für alle nochmals verdeutlicht und geübt. Die eingangs gestellten Fragen konnte jeder sich nun selbst beantworten, warum auch im Tang Soo Do Fallschule notwendig ist.

Kurz vor Ende wurde durch Klaus demonstriert, welche anderen Falltechniken es im Judo noch gibt und anhand verschiedener Wurftechniken mit mir der Gruppe vorgeführt. Hierbei konnten alle Anwesenden erkennen, dass Judo sehr wohl „der sanfte Weg“ ist, dies sich jedoch ausschließlich darauf bezieht, dass es keine Schlag- und Tritttechniken in dieser Kampfkunst gibt. Jeder hatte nun am eigenen Körper gespürt, dass im Judo Vollkontakt gekämpft wird.

Alles in allem, war es ein sehr anstrengendes aber auch sehr hilfreiches Training, das allen Anwesenden sehr viel Spaß gemacht hat. Der Tenor aller Schüler war, dass man dies öfters wiederholen und die Zusammenarbeit mit der Judoabteilung des SV Göttingen dahingehend vertiefen sollte.

Ich möchte mich an dieser Stelle persönlich bei Klaus Ziegengeist und der Judoabteilung des SV Göttingen bedanken für sein Engagement und Bereitschaft kurzfristig ein solch tolles Training beim TSD Ulm durchzuführen.

<sup>1)</sup> Quelle: Wikipedia

Holger Saboynik, Cho Dan Bo, TSD BwK Ulm

## Impressionen von der LAMC #13

Wofür steht ‚LAMC‘? Es bedeutet Lateinamerikanischer Meisterlehrgang.

Von 14. bis 18.12.16 fanden die diesjährigen lateinamerikanischen Veranstaltungen in Mar del Plata südlich von Buenos Aires, Argentinien statt. Der Ausrichter war die argentinische Landesvertretung der World Tang Soo Do Association. Bereits einige Tage zuvor fand ein mehrstündiger Lehrgang rund ums TSD für die Argentinier in Buenos Aires unter der Mitwirkung der ausländischen internationalen Meister statt, der mit großer Begeisterung von den argentinischen Mitgliedern aufgenommen wurde.



LAMC-Teilnehmer

Am Tag darauf ging es von Buenos Aires mit einer 5-stündigen Busfahrt quer durch die Pampa mit ihren zahlreichen Rinderherden zu den eigentlichen LAMC Veranstaltungen in Mar del Plata. Alle 55 Teilnehmer checkten in den Sportkomplex Villa Marista ein. Wie bei allen Veranstaltungen dieser Art so üblich gab es abends Vorträge zu TSD-Themen und früh morgens am Strand des Atlantischen Ozeans 1 ½-Stunden Ki Gong, die von Klaus Trogemann durchgeführt wurden. Anschließend wurden vormittags und nachmittags die diversen Formen, Waffen und Techniken von den einzelnen Meistern durchgenommen und an deren Verbesserung und Korrekturen geübt, um wieder ein einheitliches WTSDA-Niveau sicherzustellen.

Neben Teilnehmern aus USA, Argentinien, Chile, Ecuador und Peru war diesmal auch ein Teilnehmer aus Europa, Deutschland, Klaus Trogemann als Trainer mit dabei. Nach 2 ½ schweißtreibenden vorwiegend draußen stattgefundenen Trainingstagen fanden wieder traditionell die anstehenden Meisterprüfungen für die anwesenden in Frage kommenden Kandidaten aus Argentinien, Chile, Ecuador, Peru und diesmal auch einen aus USA statt. Auch hier wurde wieder Seniormeister Klaus Trogemann als Prüfer eingesetzt. Bei dieser Gelegenheit konnte man das gute Niveau der Prüflinge bestätigen. Alle haben den technischen Teil bestanden.

Am darauf folgenden Tag war ein umfangreiches Programm für die lateinamerikanischen Schwarzgürte angesagt. Es begann bereits um 7:00 Uhr mit einer 2-stündigen Ki Gong Einführung durch Klaus Trogemann, woran auch eine große Anzahl nicht TSD-Teilnehmer mit großer Begeisterung teilnahm. Danach folgte ein 3-stündiges Superseminar von den anwesenden internationalen Meistern für die südamerikanischen Teilnehmer. Klaus Trogemann übernahm hier den Part für Hap Ki Do und Ju Jitsu Selbstverteidigung, was den anwesenden Teilnehmern sehr viel Spaß bereitete.



Teilnehmer der LAMC Ki Gong Einführung



Teilnehmer des privaten Ki Gong Seminars

Am Nachmittag desselben Tages wurde eine über 4-stündige Danprüfung unter Mitwirkung von Klaus Trogemann durchgeführt. Hierbei konnte man den über 40 Prüflingen ein gutes Niveau bescheinigen. Der Sonntag war dann der Südamerikanischen Meisterschaft vorbehalten. Ca. 250 Teilnehmer vom 10. Gup bis zum 3. Dan traten um Trophäen an. Es herrschte den ganzen Tag über eine begeisterte Stimmung, wie es so in Lateinamerika üblich ist. Klaus Trogemann übernahm auch hier einen Ring für Dan-Träger.

Am Abend wurde das Ereignis noch gebührend mit einem argentinischen Asado gefeiert. Bei einem traditionellen Asado werden Unmengen an Fleisch verzehrt, welches über einem offenen Grill gebraten und mit größeren Mengen argentinischen Rotweins am Tisch serviert wird.

Die sprichwörtliche argentinische Gastfreundschaft und Lebensfreude sind nochmals lobenswert zu unterstreichen.

Summa Summarum eine gelungene Woche, bei der man sich von der Latino-Begeisterung gerne anstecken lassen konnte. Klaus Trogemann wurde bei dieser Gelegenheit schon nach Ecuador und Chile eingeladen.

*Klaus Trogemann, Yuk Dan, TSD Esting*

### ***Trainerseminar am 07.01.2017 in Esting***

Die primären Inhalte der Trainerseminare haben sich im Laufe der Zeit ein wenig verändert. Früher waren sie eher so konzipiert, dass kompetente TSD-Trainer, die alle Bestandteile eines TSD-Trainings suoverän an alle Schüler vermitteln können, herangebildet werden sollten. Nun hat sich der Fokus auf das Training mit Kindern und Jugendlichen verschoben, weil es da viele Besonderheiten gibt, die beim Training mit Erwachsenen sehr selten oder gar nicht vorkommen.

Das diesjährige Trainerseminar in Esting war gut besucht und sollte den Teilnehmern die besonderen Aspekte des Trainings mit Kindern vermitteln. Dabei verfolgte es – wie bereits im vergangenen Jahr – die Devise, dass die theoretischen Inhalte gleich mit praktischen Übungen angereichert werden sollten. Die Themen umfassten verschiedene Abschnitte des Kindertrainings, wobei das Hauptaugenmerk auf unterschiedliche Vorgehensweisen im Verlauf des Trainings mit der betroffenen Altersgruppe gelegt wurde. Jedem Trainer dürfte klar sein, dass das Training unterschiedlich gestaltet werden muss, je nach dem mit welcher Zielgruppe man gerade zu tun hat. Kinder stellen zum Teil eine besondere Herausforderung dar, da sie meistens eher

- viel Bewegung
- häufige Abwechslung
- neue Impulse
- viel Spaß
- schnelle Erfolgserlebnisse

als

- langweilige Routineübungen
- unlösbare Aufgaben

brauchen, um sich sowohl körperlich als auch sozial zu entwickeln. Der große Spagat, den der Trainer schaffen muss, besteht darin, Aspekte wie beispielsweise

- geringe koordinative Eigenschaften, aber recht hohe Beweglichkeit
- schnelle Ermüdung, aber auch recht schnelle Erholung
- geringes Konzentrationsvermögen, aber ausgeprägte Neugierde
- relativ schwach ausgebildete Muskulatur, aber starker Bewegungsdrang
- unterschiedliche Leistungsvoraussetzungen, aber großer Wille, ein Teil der Gruppe zu sein

mit den angedachten Trainingszielen wie beispielsweise

- Spaß und Freude an Tang Soo Do vermitteln
- Körperliche Entwicklung fördern
- Vermittlung von Selbstverteidigungstechniken
- Körperbewusstsein entwickeln
- Selbstvertrauen stärken
- Konzentrationsfähigkeit erhöhen
- Soziale Kontakte mit anderen Kindern fördern

sinnvoll zu verbinden. Dabei spielt der Trainer nicht nur im Training, sondern auch im Privatleben der Kinder eine besondere Rolle. Daher sollte er nicht nur als reiner Vermittler der technischen Fertigkeiten, sondern auch als Erzieher, Motivator, Spaßmacher und nicht zuletzt als Tröster, Streitschlichter und einer, der für die Kinder einfach da ist, wenn sie ihn brauchen, auftreten können und quasi nebenbei einige positive Werte wie Respekt, Freundlichkeit, Gerechtigkeit, Zuverlässigkeit und Verantwortung vermitteln.

Alles in allem klingt es vielleicht ziemlich umfangreich und kompliziert, aber mit fortschreitender Übung und entsprechender daraus resultierender Praxis wird es zur Routine. Bei dem Trainerseminar hatte jeder Teilnehmer die Möglichkeit, verschiedene Situationen durchzugehen, ohne dass irgendetwas schief laufen könnte. Man wurde rechtzeitig abgefangen und darüber hinaus wussten alle Beteiligten, dass es nur eine Übung ist, bei der man etwas dazu lernen sollte. Die abschließende konstruktive Kritik direkt nach der jeweiligen Übungseinheit rundete alles ab.

*Richard Auer, Sah Dan, TSD Sunrise-Helios*

### **Formen- und Waffenlehrgang am 11.02.2017 in München/Bogenhausen**

Am Samstag, 11. Februar war das Wetter in Bogenhausen sehr schön. Umso mehr hatte ich mich gefreut, dass dennoch rund 45 TSD-Schüler sich für den Formen- und Waffenlehrgang bei uns und nicht für andere Freizeitaktivitäten irgendwo draußen entschieden hatten.



**Teilnehmer des Formen- und Waffen-Lehrgangs**

Anwesend waren Vertreter aus 7 Studios (Au/Hallertau, Bogenhausen, Esting, Leitershofen, Rottal-Inn, Solln, Ulm). Nach einem recht kurzen aber dafür ziemlich intensiven Aufwärmtraining wurde die Gruppe geteilt. Schwarzgurte und fortgeschrittene Blaugurte übernahm Meister Trogemann. Die Farbgurte durften mit mir trainieren. Die Lehrgangsbezeichnung gab die Lehrgangsinhalte vor. So wurden zunächst die waffenlosen Formen durchgenommen und hierzu Details erörtert bzw. Korrekturen an einzelnen Bewegungen vorgenommen. Und anschließend wurden die Waffenformen durchgenommen. Bei den Farbgurten waren je nach Gürtelgrad die Langstockformen Bong Hyung Il Buh und Bong Hyung E Buh dran. Bei den Blau- und Schwarzgurten waren es je nach Gürtelgrad die Messerform

Dan Gum Hyung und die passenden Schwertformen. Besonders für die Schwarzgurte, die im eigenen Studio nicht immer genügend Möglichkeiten zum Üben der höheren Formen und Waffenformen haben, war es eine gute Gelegenheit, die Formen in der Gruppe zu laufen und auch Korrekturen mitzunehmen. Es ist auch ein Unterschied, ob man die höheren Formen schnell alleine nach dem Training im eigenen Dojang läuft, oder aber, ob man es gemeinsam unter Aufsicht eines Seniormeister mit anderen Schwarzgurten tut.

Zwischen den zwei intensiven Trainingseinheiten war eine Erholungspause eingeplant, in der es nicht nur Zeit für Kaffee und Kuchen, sondern auch für viele Gespräche gab. Nach der Pause entstand das obligatorische Gruppenfoto mit allen Teilnehmern.

An dieser Stelle möchte ich mich herzlich bei den Helfern und Kuchenlieferanten bedanken. Ein besonderer Dank gilt auch Meister Trogemann, der immer wieder Zeit nimmt, um die TSD-Standards während der Lehrgänge zu vermitteln und zu überprüfen.

*Richard Auer, Sah Dan, TSD Sunrise-Helios*

### **DTSDV Fachübungsleiterlehrgang am 18.02. – 19.02.2017 in Esting**

#### **Bericht eines Teilnehmers:**

Endlich fand der von mir lang ersehnte Fachübungsleiter Lehrgang statt. Mit großen Erwartungen bin ich am Samstagmorgen ins Auto gestiegen und voller Vorfreude nach Esting in das Studio von Meister Klaus Trogemann gefahren.

Dort angekommen begrüßten mich schon die ersten von insgesamt 6 Teilnehmern des diesjährigen Lehrgangs, die alle schon ähnlich gespannt waren wie ich.

Am folgenden Vormittag lernten wir von Meister Richard Auer und Meister Klaus Trogemann vieles über das Trainersein, den Umgang mit Schülern und wie man sich in gewissen Situationen verhalten sollte.

Angefangen hatten wir mit einem kurzen Aufwärmen, bei dem wir immer abwechselnd eine Übung vorgeturnt hatten. Der restliche Vormittag war von vielen Praxisteilen durchzogen, bei denen wir jeweils den anderen Teilnehmern etwas gezeigt hatten und sie dann diese ausführen sollten. Sinn der Übungen war es zu sehen wie wir mit den Leuten umgehen und ob wir ein Auge dafür haben Fehler zu entdecken, die wir natürlich absichtlich ab und an eingebaut hatten.

Zwischendurch gab es immer einen Theorieteil, in dem wir z.B. Situationen, die einem im Trainingsalltag passieren können, klärten oder Problemfälle, die schon einmal aufgetreten sind, durchsprachen.

Wir lernten auch einiges Neues von Meister Auer wie z.B. die 27 Handtechniken im Stehen oder die Hyung für Vorführungen, Shiba Hyung, ein paar sehr interessante Elemente des TSD, welche wir alle positiv aufgenommen haben.

Nach dem Mittagessen ging es in ähnlichem Gang weiter, wieder durchzogen von einigen Praxisteilen in denen wir lernten welche Möglichkeiten wir haben jemanden etwas Neues beizubringen.

Meister Trogemann zeigte uns einige Techniken ohne kaum etwas zu uns zu sagen. Wir alle waren sehr erstaunt, wie gut das trotzdem klappt und verstanden, dass es oft gar nicht viele Worte braucht, um auszudrücken was man meint.

Nach einem langen und sehr informativen Tag fuhren wir wieder nach Hause, um uns für den nächsten Tag zu erholen.

Der nächste Morgen verlief ähnlich wie der vorherige mit kurzem Aufwärmen und Praxisteilen, bei denen wir unser gelerntes Wissen schon anwenden konnten.

Sehr interessant waren auch die fingierten Gespräche die wir geführt haben, in denen es z.B. darum ging, TSD jemanden zu präsentieren, der sich nichts darunter vorstellen kann und ihm ein Probetraining schmackhaft zu machen oder bei denen sich Eltern von Schülern beschwerten. Diese Aufgaben waren sehr knifflig, da wir einfach ins kalte Wasser geschmissen wurden und lange nach passenden



Antworten suchen mussten. Nun wissen wir aber auch wie wir uns in manchen Situationen besser verhalten und souveräner und selbstbewusster auftreten können.

Nach dem Mittagessen gingen wir frisch gestärkt in den letzten Teil des Lehrgangs. Wir wiederholten noch einmal die gelernten Dinge vom Vortag und machten erneut ein paar Partnerübungen, bei denen wir uns wieder gegenseitig korrigieren sollten.

Als krönenden Abschluss hat uns Meister Auer noch eine Meditationsübung gezeigt, die in der heutigen Zeit jeder gebrauchen kann und bei der wir gemerkt haben, wie gut einem auch mal etwas Ruhe tun kann.

*Dominik Mion, 1. Gup, TSD Au/Hallertau*

### **Welt Tang Soo Do Verband Meisterlehrgang 2017 in Alabama**

Wieder war es einmal so weit. Mehr als 250 Meister und Meisterkandidaten trafen sich vom 30.03. bis 02.04.2017 in Florence (Alabama / USA) zum jährlich stattfindenden Meisterlehrgang der World Tang Soo Do Association.



**Teilnehmer des WTSDA-Meisterlehrgangs**

Auf dem Programm standen drei Abende gefüllt mit vielen theoretischen Themen rund um Tang Soo Do. Drei Tage mit praktischen Lehrgangseinheiten zu technischen Themen aller Art, wie Formen, Waffen, Selbstverteidigung, Partnerübungen und Techniken aus anderen Kampfkunststilen. Zu Beginn des Lehrganges gab es vormittags ein dreistündiges Business-Seminar und nachmittags ein vierstündiges Ki Gong Seminar unter Mitwirkung von Klaus Trogemann.

Am letzten Abend fanden wieder die traditionellen Prüfungen für die Höhergraduierungen der Meister und Meisterkandidaten statt. Nachdem Klaus Trogemann schon seine technische Prüfung zum 7. Dan letztes Jahr im November 2016 in den Niederlanden anlässlich der Europa Lehrgänge abgelegt und bestanden hatte, brauchte er sich diesmal nicht einer weiteren Prüfung zu unterziehen. Zurzeit muss er nur noch eine ca. 100 Seiten umfassende Ausarbeitung als theoretischen Beitrag und Bestandteil des theoretischen Prüfungsteils anfertigen. Nach deren erfolgter Abnahme wird ihm dann offiziell anlässlich der Weltmeisterschaften in Greensboro (North Carolina) im Juli 2018 der 7. Dan im Tang Soo Do offiziell verliehen.

Zur Beendigung dieses Meisterlehrgangs gab Klaus Trogemann für alle Anwesenden noch eine Ki Gong Trainingseinheit.

Diesmal hatte Klaus Trogemann die Ehre während seines anschließenden Aufenthaltes im WTSDA Hauptquartier das Training an zwei Tagen in der dortigen Schule zu leiten. Für die anwesenden Schüler war es ein besonderes Erlebnis, einmal von einem höheren deutschen Meister trainiert zu werden.



**WTSDA-Großmeister mit einigen Meistern aus Europa**  
 (von links nach rechts: Wahing Lee, Babak Javid, Mujahid Khan, William R. Strong, Robert E. Beaudoin, Klaus Trogemann, Lennard Heskes und Richard Suijker)



**Teilnehmer eines Sondertrainings mit Meister Togemann**

*Klaus Trogemann, Yuk Dan, TSD Esting*

### **Kommende Veranstaltungen**

- ⊗ 26.05. – 28.05.2017 Sommerlehrgang in Taching
- ⊗ 24.06.2017 Internationale Deutsche Meisterschaft in Esting
- ⊗ 15.07.2017 DTSDV II Soo Sik- und Ho Sin Sul Lehrgang in Eching
- ⊗ 23.07.2017 Deutsche DDK Meisterschaften inkl. TSD, HKD, Ki Gong in Leutershausen
- ⊗ 01.09. - 03.09.2017 TSD Hochrhein Sommerlehrgang in Hochrhein, Schweiz
- ⊗ 16.09. 2017 DTSDV Dan Prüfung in Esting
- ⊗ Alle TSD-Ereignisse 2017 können jederzeit auf der DTSDV-Homepage unter [www.dtsdv.de/Verband/Termine\\_dt.htm](http://www.dtsdv.de/Verband/Termine_dt.htm) einsehen werden.

### **Bitte beachten!**

- ⊗ 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 jederzeit wegen einer kompetenten Auskunft persönlich 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](http://www.dtsdv.de) veröffentlicht.

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

### **Mitglieder der DTSDV e.V.**

Adressen der an die DTSDV angeschlossenen Studios, Clubs und Gruppen – siehe bitte [www.dtsdv.de](http://www.dtsdv.de) unter **Vereine / Links**

### **Aktuelle Termine**

Aktuelle Termine können auf der Homepage [www.dtsdv.de](http://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.*