



# TSD Newsletter

## Deutschen Tang Soo Do Vereinigung e.V

gemeinnützig



Ausgabe Juli 2024

EDITORIAL

### Das Leben eines traditionellen Meisters

Es ist keine leichte Aufgabe, das Leben eines traditionellen Kampfkünstlers zu führen. Ich möchte hierzu mal einige altbekannte Sprichwörter heranziehen: „Nicht an ihren Worten, sondern an ihren Taten sollt ihr sie erkennen.“, „Man sieht den Splitter im Auge des anderen, aber den Balken im eigenen Auge sieht man nicht.“, Besser ein Krieger im Garten als ein Gärtner im Krieg.“ Das Folgende ist nicht als Kritik, sondern in erster Linie zum Nachdenken gedacht.

Wie soll man sich selbst im Laufe der Jahre reflektieren und somit für seine eigene persönliche Entwicklung als traditioneller Kampfkünstler profitieren? Hierzu möchte ich einige Themen ansprechen:

**Traditionen im Laufe der Jahre über die Zeit.** Unter Tradition versteht man allgemein eine Weitergabe von Überlieferungen, Anschauungen und Bräuchen aus der Vergangenheit in die Gegenwart. Dabei sollten Anpassungen, bedingt durch unterschiedliche zeitliche Gegebenheiten im Laufe der Jahre aus der Vergangenheit in die Gegenwart und der Weitergabe an zukünftige Anforderungen ohne Verwässerungen und Verfälschungen des eigentlichen Kerns der Tradition, mit in Betracht gezogen werden. Stillstand ist Rückschritt!

**Verhalten und Benehmen,** angebrachte Wortwahl und respektvoller Umgang mit- und untereinander. Auch der Erwerb eines notwendigen Hintergrundwissen als Voraussetzung für notwendige zu treffende Entscheidungen.

**Vorgebrachte Forderungen** in Gegenüberstellung zu den tatsächlich erbrachten Beiträgen und Leistungen. Es reicht nicht aus, nur nach dem eigenen Verständnis die notwendigsten Beiträge zu erbringen.

Ein Studio oder Verband ist keine Bühne für selbstgefällige Ego Politiker. Sondern uneigennützig handelnde und für das Geschehen beitragende Personen.

Eine uralte Erfahrung ist, dass man immer beide Seiten zu einer Sache bzw. Angelegenheit hören sollte bzw. muss! Zuhören ist eine wichtige Informationsquelle, dabei sollte man auch den eigenen Spiegel sich vor Augen halten. Selbstkritik zu üben ist eine harte Schule.

Die TGTSDA sieht sich mit der Einstellung als traditioneller Kampfkunst mit den Leitlinien des Shotokan Gründers Gishin Funakoshi konform. Als Gründer der TGTSDA verweise ich auch auf den eigenen Kampfkunstwerdegang in unseren diversen Manuals.

Medaillen und Trophäen verrostet mit der Zeit.  
Temporärer Ruhm verblasst mit den Jahren.



Was bleibt, ist die Entwicklung der eigenen Persönlichkeit im positiven Sinne.

### **Darüber sollte man einmal ernsthaft nachdenken!**

Wer weiß, für was eine Entscheidung, ein Hinweis oder ein Ereignis jetzt gerade gut ist. Die Zukunft wird es erst im Nachhinein zeigen. Hinterher ist man immer schlauer. Eine unabdingbare Eigenschaft ist die Loyalität, trotz zum Teil existierender temporärer Meinungsverschiedenheiten zur Funktionalität eines Verbandes.

KCN Klaus Trogemann

## **Status update der TGTSDA**

Seit der letzten Versammlung im November 2023 wurde die Verwaltungs-Software Chung Shin weiterentwickelt. Es können jetzt Veranstaltungen wie z.B. Lehrgänge und Meisterschaften angelegt und laufend verwaltet werden. Dazu ist es unabdingbar, dass die einzelnen Studios die Daten ihrer Mitglieder auf dem laufenden Stand halten, wie z.B. Bilder, Rang, Gewicht und Größe, da sich daraus automatisch bei der Teilnahme an Meisterschaften auch die entsprechende Teilnehmerkategorie ermittelt wird. Jedes Dan- und Meistermitglied sollte auch ein Foto hinterlegen. Die automatische Erfassung, Ablage und Auswertung von Teilnehmern an Lehrgängen und Meisterschaften ist ein nächster Schritt, der in Angriff genommen wird. Der letzte wichtige Schritt wäre die automatische Erfassung gezahlter Gebühren und Rechnungen anhand der jeweiligen Rechnungsnummern durch die Zusendung der Bankauszüge und damit z.B. Freischaltungen von Urkunden. Ein großer Dank gilt an den SW-Entwickler Alexandre Bernard und dem Abnahmetester Thomas Krause.

Zu unserem großen Bedauern legte überraschend der bisherige Schatzmeister Leonidas Kalojanidis seine Ämter im Januar 2024 nieder. Ich möchte ihm meinen großen Dank für die vertrauensvolle und absolut verlässliche Führung dieses Amtes aussprechen, ohne die ein Verband wie unsere TGTSDA nicht solide arbeiten kann. Es gelang uns kurzfristig Oliver Stahl als Ersatz für die Übernahme dieses vertrauenswichtige Amt zu gewinnen.

Meister Stefan Peters übernahm die Aufgabe den diesjährigen TGTSDA Meister Lehrgang 2024 in der Schweiz zu organisieren. Die Aufgabe des Programmdirektors und die Organisation übernahm Meister Jan De-Vry. Ein Dankeschön an beide für Ihren Einsatz!

Die diesjährige Meisterschaft, deklariert als Weltmeisterschaft der TGTSDA und der internationale Schwarzgurt Lehrgang, wird vom Studio Solln in München unter der Leitung von Rainer Unsöld und Oliver Stahl im Oktober organisiert und durchgeführt.

Die TGTSDA verfügt nun über zwei 8. Dane, KCN Klaus Trogemann und KCN John Dickinson, die ihre Prüfungen in Belfast im September 2023 unter Senior Großmeister Ki Yun Yi der IMA, einem Schüler des verstorbenen Großmeisters Jae Chul Shin, erfolgreich abgelegt haben. Somit verfügt die TGTSDA über die Legitimität und Kompetenz TSD Meister nach den Richtlinien der TGTSDA auszubilden und zu zertifizieren.

Ein kleiner Hinweis am Rande noch, Im Dezember dieses Jahres feiern wir schon das fünfjährige Bestehen der TGTSDA seit ihrer Gründung im Dezember 2019. Wir alle können uns zu diesem Erfolg gratulieren!



KCN Klaus Trogemann

### Ankündigung: WM 2024 in München/Solln

Wir freuen uns auf die TGTSDA Weltmeisterschaft 2024 am Samstag, den 12. Oktober in München, wo wir auch Großmeister Trogemanns offizielle Ernennung zum Großmeister feiern.

TSD-Trainierende aus der ganzen Welt sind eingeladen, an unserer Feier des Tang Soo Do teilzunehmen. Wenn du teilnehmen möchtest, sprich bitte mit deinem Trainer, der dich über unser Chung Shin System anmelden wird. Wenn du kein Mitglied der TGTSDA bist, wende dich bitte an KCN Trogemann oder nimm über unsere Website [www.tgtsda.com](http://www.tgtsda.com) Kontakt mit uns auf.



Wir sehen uns im Oktober! Tang Soo!

Tatjana Schwarz, Sam Dan, Website and Publications

### Vereinsübergreifende Farbgürtelprüfung am 02.03.24 beim TSD Issum

Nach etwas mehr als sechs Monaten durften meine Mitstreiterin Julia und ich unseren Gürteln eine neue Farbe verleihen: Wir haben die Gürtelprüfung geschafft und sind nun Weißgurte mit Streifen bzw. 9. Gup!

Tang Soo Do ist ein unfassbar abwechslungsreicher Sport, der insbesondere auch den Kopf beansprucht. Wohin muss ich meinen Fuß setzen? Wie muss ich stehen? Was machen meine Arme? Welche Bewegung folgt im Anschluss? Es ist nicht stumpfes Laufen, sondern eine ganzheitliche Körperbewegung mit Fokus auf Ying und Yang - und es benötigt viel Zeit, um diese ausbalancierten Bewegungen in korrekter Reihenfolge durchzuführen. Nach Wochen intensivem Training und unzähligen Wiederholungen bekamen wir dann von unseren Trainern die Nachricht, dass wir zur Gürtelprüfung zugelassen werden.

Am Tag der Prüfung waren Körper und Geist vollkommen ausbalanciert und wir konnten allen Erwartungen gerecht werden. Mit fast 30 weiteren Prüflingen liefen wir die Formen und zeigten die Hand-/Fuß- und Selbstverteidigungstechniken. Es war schön zu sehen, was die Höherrangigen zeigen mussten. Komplexere Bewegungsfolgen, die auch wir irgendwann erlernen. Dank intensiver Vorbereitung konnten wir sicher an der Prüfung teilnehmen und sind so endlich kein 10. Gup mehr. Nun folgen weitere intensive Trainingseinheiten, um unser nächstes Ziel zu erreichen: den 8. Gup, orangener Gürtel.

Alina vom Bruch, 9. Gup, TSD Menzelen

### Tang Soo Do Lehrgang in Zorneding am 23.03.2024

Endlich ist es so weit: Heute ist der Lehrgang in Zorneding, auf den wir uns schon monatelang freuen! Bei dem Aufbau hilft jeder mit, manche haben selbstgemachte Leckereien, Obst und eine

Torte mit unserem Logo für das Büfett mitgebracht, andere sind dabei, die Flagge und die traditionelle Trommel aufzustellen. Nachdem alle Gäste und der Seniormeister Klaus Trogemann eingetroffen sind, kann es auch schon losgehen.

Zuerst stellen wir uns alle für den Flaggengruß auf. In der ersten Reihe stehen nur Schwarzgurte, so Viele sind gekommen! Ich stelle mich ganz hinten hin, da ich erst den 10. Gup habe, also den niedrigsten Gurtgrad habe.

Danach laufen wir gemeinsam die ersten paar Formen. Je höher die Formen werden, desto weniger Teilnehmer beherrschen sie. Ich versuche einfach, so gut wie möglich mitzukommen, da man sich sowohl bei den Schwarzgurten als auch bei dem Meister Thomas Krause orientieren kann, welcher sich hinter uns gestellt hat. Am Ende gibt es noch eine Form, die nur die Schwarzgurte laufen, wir dürfen zuschauen. Großmeister Trogemann gibt nach jedem Durchlauf einige Tipps, wie man sich verbessern kann. Es ist schon beeindruckend zu sehen, wie die Profis die Formen nahezu synchron vorführen. Dasselbe machen wir noch mit dem *Bong*, dem Langstock. Auch hier ist es beeindruckend, wie gut die anderen Teilnehmer die Formen beherrschen. Meister Trogemann nimmt sich aber trotzdem Zeit, die Grundsätze zu erklären, damit jeder etwas lernen kann. Für ihn ist es besonders wichtig, auch wenn man schon einen höheren Gurt hat, immer die absoluten Basics zu wiederholen und gut zu beherrschen.

Am Ende des Lehrgangs möchte Meister Trogemann uns die Selbstverteidigungstechniken zeigen. Neben den Techniken, die wir schon mal im Training ausprobiert haben, führt er uns einige Druckpunkte vor, die den Gegner mit einem Schlag außer Gefecht setzen. Diese üben wir in Zweiergruppen, natürlich nicht mit voller Kraft.

Natürlich darf der traditionelle Flaggengruß bei Beendigung des Lehrgangs nicht fehlen, weshalb wir uns wieder alle aufstellen und die Grundsätze des Tang Soo Do für uns wiederholen. Einige entscheiden sich, noch zum Abschluss beim Restaurant Neuwirt essen zu gehen.

Ich konnte während des Trainings mehrere nette Leute kennen lernen, die ich sonst nie getroffen hätte. Man spürt ein richtiges Gemeinschaftsgefühl, denn was uns verbindet, ist die Begeisterung zum Tang Soo Do!

Es lohnt sich auf jeden Fall, mal vorbeizuschauen, egal wie alt man ist und wieviel Vorwissen man hat!

Claudia Koschinsky, 10. Gup, TSD Zorneding

## Solln, 13.04.2024, Kinder- und Jugendlehrgang: Im Zeichen des Drachen

Zum Tang Soo Do-Studio Solln im südlichsten Stadtteil Münchens komme ich immer wieder gerne. Es funktioniert in der Regel recht gut, von Neufahrn bei Freising aus, einmal mitten durch München zu kommen. Dieses Jahr war das Studio Solln der Veranstalter und Organisator des Kinder- und Jugendlehrgangs 2024.



Oliver Stahl (2. Dan) und Thomas Schromm (3. Dan) hatten eingeladen und sich ein großartiges Programm für die Kinder ausgedacht. Etwa 35 Kinder waren gekommen.

Wir aus Neufahrn waren zu viert angereist. Vermutlich lag es an dem parallel stattfindenden Neufahrner Volksfest, dass aus Neufahrn nicht mehr Kinder und Jugendliche kamen. Doch das tat dem Spaß keinen Abbruch: wir vier hatten an diesem Tag eine Menge Spaß. TSD-Solln hatte ein abwechslungsreiches Programm vorbereitet.

Für die Kinder startete das Programm kurz nach 10:00 Uhr - und nicht nur für die Kinder ging es los, sondern auch für Sönke von Heymann und mich (Alexander Schmid). Oliver und Thomas integrierten uns als Unterstützung. Somit hatten wir Schwarzgurte zusammen mit den Kids jede Menge Spaß.

Nach dem traditionellen Angrüßen wurde natürlich mit Aufwärmen begonnen. Die Fitness-Übungen von Thomas sorgten zügig dafür, dass alle den Puls nach oben bekamen und die Muskeln schön aufgewärmt wurden. Für mich als Trainer aus einem anderen Studio immer eine gute Gelegenheit für neue Inspiration für das eigene Training. Davon werde ich sicher ein paar Übungen ausprobieren.



Nachdem alle schön warm waren, ging es mit dem Programm los:

- Mit Anlauf auf die große Prätze!  
Hier konnten die Kinder Dampf ablassen und spüren, wie sich so ein „Impact“ anfühlt. Die Kinder mussten mit der Schulter, mit der Faust, mit dem Fuß und einem gesprungenen Kick zeigen, was sie drauf haben.
- Techniken im Gleichgewicht!  
Auf der Langbank balancierend Techniken zu machen, ist nicht nur für die anspruchsvoll. Die Kinder zeigten, dass sie auf der Bank die Techniken beherrschten und nicht abstürzten. Als die Langbank umgedreht wurde und die Kinder auf dem schmalen Balken die Techniken zeigen durften, meisterten alle Kinder diese Herausforderung mit Bravour. Einige der Kinder konnten noch eine zusätzliche Schwierigkeit dazu nehmen: auf der Langbank balancierend die Technik auf eine kleine Prätze ausführen.
- Blocken und Abwehren!  
Eine Partnerübung mit dem Fokus, einen Angriff abzuwehren. Das forderte einige der Kinder sichtlich heraus. Die Idee der Übung ist, dem Partner Zeit und Gelegenheit zu geben, die richtige Abwehr schnell und sicher auszuführen. Dass es nicht darum geht, unter allen Umständen das Ziel – die Schulter in diesem Fall – mit der Handfläche zu treffen, verstanden nicht alle. Doch Spaß hatten die Kids dabei und das war das Wichtige.  
Die richtige Abwehr schnell und sicher zu finden ist ein Thema, das vielleicht in einem eigenen, zukünftigen Lehrgang mit mehr Zeit behandelt werden könnte.

Der Formenlauf zum Ende des dreistündigen Lehrgangs war sicherlich für einige eine ganz neue Erfahrung. Nach dem anfänglichen normalen Laufen der Formen sollten die Kinder mit geschlossenen Augen die Gleichen wiederholen. Bei dieser Art der Übung wird schnell ersichtlich, wer seine Sachen bereits sicher beherrscht und wer nicht. Wer so etwas noch nie zuvor gemacht hatte und ehrlich zu sich selbst war, stellte beim Öffnen der Augen mit Erstaunen fest, wie anders doch plötzlich die Endposition im Vergleich zum sehenden Lauf war.

Zwischen den einzelnen Programmpunkten wurden Erholungspausen und Spiele eingebaut. Die Fangspiele wurden von einer Geschichte über Drachen und Dorfbewohner begleitet. Wie ich fand, eine sehr schöne Idee für einen Kinder- und Jugendlehrgang.

Bei all dem Spaß, den wir in der Halle mit den Kindern zusammen hatten, dürfen wir nicht die Leute vergessen, die im Hintergrund solche Aktionstage möglich machen.



Ein herzliches Dankeschön an:

- Seniormeister Trogemann, der mit seinen Kids aus Esting ebenfalls gekommen und als Verbandsrepräsentant und Schirmherr des Lehrganges anwesend war.
- Rainer Unsöld, dem Abteilungsleiter von TSD Solln, der alle Gäste, Kinder sowie die Eltern umsorgte.
- Oliver Stahl und Thomas Schromm für die Organisation und Ausarbeitung des Lehrganges.
- den Trainern und Eltern, die als Fahrer und Begleiter die Kinder nach Solln gebracht hatten.



Zur Erinnerung und als kleines Geschenk bekamen alle Kinder noch eine schöne Medaille.

Die Meinung der Kids aus Neufahrn:

Elijah: „Mir hat der Lehrgang Spaß gemacht, da es etwas anderes war und wir uns zwischen den Übungen ein bisschen erholen konnten. Es wurde trotz der Spiele und Pausen auf

Tang Soo Do geachtet und Formenlauf gemacht. Der war auch sehr abwechslungsreich, da wir mit geschlossenen Augen laufen durften. Es gab viele Spiele, die sehr Spaß gemacht haben.“

Nefeli: „Mir hat der Lehrgang gefallen, weil er voller abwechslungsreicher Aktivitäten war und ich dabei viel Spaß hatte mit netten Leuten.“

Max: „Ich fand es schön, dass wir viele verschiedene Techniken gemacht haben und die Formen in verschiedenen Arten gelaufen sind, zum Beispiel blind.“

Und Alex: „Ich freue mich immer wieder auf solche Lehrgänge mit netten und motivierten Leuten. Ich hatte viel Spaß.“

Alexander Schmid, 3. Dan, TSD Neufahrn

## Erfolgreiches 3tägiges Sommertrainingslager der Tang Soo Do Abteilung in Kirchdorf am Inn

Zum dritten Mal in Folge fand am vergangenen Vatertagswochenende hier bei uns in Kirchdorf am Inn das alljährliche 3-tägige Tang Soo Do Sommertrainingslager statt. Es kamen, so wie im vergangenen Jahr, auch diesmal wieder sehr viele Sportler zu diesem großen Event. Die meisten davon natürlich aus ganz Bayern. Jedoch so wie letztes Jahr auch eine große Gruppe aus Nordrhein-Westfalen und sogar bis aus den Niederlanden kamen ein Tang Soo Do Meister mit seinem jugendlichen Schüler zu uns in die Otto-Steidle-Halle ins schöne Niederbayern.

Am Freitagnachmittag startete das Training mit der ersten zweistündigen Trainingseinheit zum Warmwerden mit Formenlauf und der Wiederholung bekannter Techniken.





Der Lehrgang wurde durch Meister Klaus Trogemann, 8. Dan, aus München geleitet. Danach wurde unten in der Au auf dem TSV Gelände gemeinsam gegrillt. Hier wurden bis spät abends dann alte Freundschaften gepflegt und neue gegründet.

Nach einer morgendlichen Ki-Gong Einheit vor dem Frühstück auf der Wiese beim Inntalhof, der auch dieses Jahr an diesem Wochenende fast vollständig in Tang Soo Do – Hand war, startete die größte Trainingseinheit am Samstag von 9 Uhr morgens bis ca 14 Uhr nachmittags.

Diese Trainingseinheit beinhaltete auch einen 30 minütigen, von einer Trommel begleiteten, fast schon meditativ wirkenden, Formenlauf, bei dem alle ordentlich ins Schwitzen kamen.

Es wurden alle Hyung-Formen, die im Tang Soo Do gelehrt werden und dem Grad der Teilnehmer entsprachen, in diesen Stunden trainiert, erklärt und mehrfach geübt.



Zum Schluss des Trainingstages wurde ein Wettkampfring aufgemacht und mehrere Schauwettkämpfe geübt und die Wettkampfregeleln erläutert. Dies diente als Ausbildung und Vorbereitung der Wettkampfrichter und Teilnehmer zur Deutschen Meisterschaft in München im Herbst.

Der Abend klang dann wieder der Trainingstag beim gemeinschaftlichen Grillen in der Au aus.

Am Sonntag gab es dann noch einmal eine 3stündige Trainingseinheit. Diese begann mit Partnerübungen die uns Meister Thomas Krause, 4.Dan, in Angriff und Verteidigung mit dem sogenannten Bong (Langstock) zeigte. In der letzten Stunde übten wir dann noch spezielle Hebel- und Selbstverteidigungstechniken.

Dann traten alle müde, aber zufrieden den zum Teil längeren Heimweg an. Es war wieder ein sehr schönes und erfolgreiches Sommertrainingslager.

Jo Kandlbinder, 3. Dan, TSD Rottal/Inn

## Sommerlehrgang in Kirchdorf am Inn vom 10.5.2024 - 12.5.2024

Am Freitag startete der dreitägige Sommerlehrgang 2024 in Kirchdorf, an dem ich erstmalig teilnehmen durfte. Wir fuhren Donnerstagabends los und sind nach ca. 8 Stunden Fahrt morgens um 8 Uhr im Hotel zum Frühstück angekommen. Nach einem kleinen Nickerchen und anschließender Stärkung ging es um 17 Uhr in der Halle los mit dem Training.

Am ersten Tag ging es um die einzelnen Hyung Formen, welche durch den Klang der Trommel begleitet wurden. So konnte ich als Anfänger gut in den Rhythmus hineinkommen und die ersten Hyungs mitlaufen. Auch wenn man noch nicht alle höheren Formen kannte, war immer ein Schwarz Gurt in der Nähe, an dem man sich orientieren konnte. Im Anschluss standen die Bong Hyung Formen auf dem Plan, wo ich die ersten Erfahrungen mit dem Bong sammeln konnte. In den

Abendstunden wurde mit allen gegrillt, dabei konnte man sich untereinander näher kennenlernen und den Tag zusammen ausklingen lassen.

Der zweite Tag begann für mich um 7 Uhr mit Qi Gong. Die einzelnen Bewegungen und Meditation führten dazu, dass ich wacher und lockerer in den Tag starten konnte. In der Halle ging es dann direkt mit den Formen weiter, wo wir Farbgurte unter Anleitung Schritt für Schritt den Pyung Ahn E Dan lernten, um ihn dann mit allen zusammen gemeinsam zu laufen. Im Anschluss ging es weiter mit Sparring. Nach dem Meister Trogemann die einzelnen Techniken erläutert hatte, ging es direkt in den Freikampf über. Nach dem anstrengenden Training gab es abends leckeres Essen, gute Gespräche und eine schöne Zeit mit allen zusammen.

Der letzte Tag startete erneut mit einer Einheit Qi Gong. Im Lehrgang ging es mit den einzelnen Bong-Techniken weiter. Dazu wurde jedem Farbgurt ein Schwarzgurt zugeteilt, um die einzelnen Techniken zu üben.

Dann hieß es für uns leider schon Abschied zu nehmen und die lange Heimreise anzutreten. In den drei Tagen habe ich viele neue Erfahrungen sammeln können, und freue mich schon drauf nächstes Jahr wieder teilzunehmen.

Julia Ettle, 9. Gup, TSD Menzelen

## Technik-Lehrgang in Au/Hallertau – Gezielte Bewegung und Wertevermittlung

Tang Soo Do, unendliche Komplexität und Herausforderung; eine Reise der Selbstentdeckung mit dem Ziel, die eigenen körperlichen, geistigen und spirituellen Fähigkeiten zu entwickeln und stets zu verbessern. Wir schrieben Samstag, den 22. Juni, im Jahre 2024. Die Außentemperatur betrug 17°C, Tendenz steigend. Dies waren die Abenteuer der Zornedinger ‚Drachen‘, die etwa eine Stunde mit dem Shuttlebus zusammen mit ihrem Trainer Christian Fasold (3. Dan) nach Au in der Hallertau unterwegs gewesen sind, um auf dem dortigen Lehrgang, neue Techniken zu erforschen, weitere Erkenntnisse und Eindrücke zu sammeln sowie neue Freundschaften zu schließen. ... Ja, gut erkannt! Es handelt sich um den entsprechend abgeänderten Vorspann von Raumschiff Enterprise. Als waschechter Star Trek-Fan konnte ich mir die kleine Spielerei natürlich nicht verkneifen.

In der Hopfenlandhalle Au angekommen, ging es erst einmal zum Umziehen. Mit glatt gestrichenen Do Bohks und festgezurrten Dees – frisch gestriegelt sozusagen – fanden wir uns schließlich im schicken Foyer ein, wo wir uns unmittelbar über die kredenzteten Gebäckleckereien und den Kaffee hermachten - Herzlichen Dank an die Kuchenbäcker und Spender! - und uns schon vorab einen kleinen Überblick verschaffen konnten, wer alles so angereist war. Anhand der uns bekannten Gesichter und Vereinslogos hatten wir sofort Trainer und Schüler der Studios Esting, Leitershofen, Neufahrn und Rottal/Inn identifiziert; nicht zu vergessen natürlich die Tang Soo Do Trainierenden des Gastgebers Au/Hallertau. Es herrschte wie immer ein reger Austausch untereinander in freundschaftlicher Atmosphäre.



Am meisten erstaunte mich die große Anzahl an teilnehmenden Kindern. Quietschvergnügt wuselten sie um uns herum und präsentierten selbstbewusst ihre Farbgurte. Es war schön zu sehen, dass Tang Soo Do auch bei den

‚Kleinsten‘ bereits ein solch großes Interesse wecken konnte und sie dieser doch anspruchsvollen Kampfkunst schon mit so viel Spaß und Freude begegneten.

Hochmotiviert und energiegeladen ging es schließlich für uns knapp 40 Teilnehmenden weiter in den eigentlichen Hallenbereich, welcher optimale Lichtverhältnisse bot und angenehm klimatisiert war; es herrschten definitiv ideale Trainingsbedingungen! Um Punkt 10 Uhr erfolgte, entsprechend dem Gürtelgrad aufgestellt, das traditionelle Angrüßen unter der Leitung von Großmeister Klaus Trogemann und Meister Thomas Krause. Bevor es letztendlich mit den Übungseinheiten losging, hielt KCN Trogemann eine aufschlussreiche Eröffnungsrede, welche dem ihm überaus wichtigen Thema ‚Durchrennen der Graduierungen unerwünscht‘ gewidmet war. Die Anmerkung „Kommt ein Rekordtempo-Schwarzgurt auf die Matte und kann nichts“, ist mir besonders in Erinnerung geblieben, entlockte sie mir zunächst doch ein kleines Schmunzeln. Leider weist die Aussage auf ein ernstzunehmendes Problem im Kampfkunstsport hin. Die Internet-Foren sind gespickt mit Fragestellungen wie z.B. ‚Was ist der schnellste...‘ oder ‚Was ist der einfachste Weg zum Schwarzgurt‘. Und seien wir Farbgurte mal ehrlich, wer von uns wurde nicht schon von Freunden und Bekannten gefragt, wie lange es noch bis zum schwarzen Gürtel dauere? Seniormeister Trogemann verdeutlichte, dass ein ernsthaftes und überzeugtes Betreiben von Tang Soo Do viel Zeit und Geduld erfordere. Den jeweils nächsthöheren Rang bzw. Gürtel müsse man sich erst durch immerzu fleißiges Üben über Jahre hinweg mühsam verdienen, es sei ein lebenslanges Lernen. Prahlerei und ständig um Anerkennung ringende Egos wären völlig fehl am Platze. Neben der körperlichen Reife gehe es bei der Kampfkunst zudem um die charakterliche bzw. persönliche Weiterentwicklung.

Im Anschluss verschaffte sich Seniormeister Trogemann kurz einen Überblick, wie es um die Graduierungen der Anwesenden stand und entschied sich dann zunächst den Schwerpunkt auf die Hyungs zu legen. Solange wie machbar bzw. erlaubt, durften sich die Teilnehmenden durch die immer komplexer werdenden Bewegungsabläufe trainieren. Zeitgleich ging KCN Trogemann durch die Reihen und überprüfte auf diese Weise, ob die ausgeführten Schritt-, Schlag- und Tritttechniken bzw. -abfolgen ihre Richtigkeit hatten. Als Grüngurtträgerin war für mich nach der Pyung Ahn Sam Dan endgültig Sense und ich begab mich zusammen mit Gürtelträgern gleicher Graduierung in den hinteren Bereich der Halle.

Dort hatte sich bereits Meister Krause den Orange- und Weißgurten angenommen, fleißig mit ihnen Grundschule ühend. Wir schlossen uns dieser Disziplin natürlich unmittelbar an, es konnte uns ja durchaus nicht schaden, die Basistechniken zu wiederholen.



In der kurzen Mittagspause wurden unsere Bemühungen mit Getränken, Obst und einer herzlichst belegten Riesenbreze belohnt. Zudem wurde die Zeit genutzt, um die bisherigen Eindrücke noch einmal in spannenden Gesprächen Revue passieren zu lassen.

Der Fokus im zweiten Teil des Lehrgangs lag auf dem sicheren und gezielten Umgang mit den TSD-Waffen. Während die höheren Ränge ihre Geschicklichkeit beim Schlagen, Stechen und Blocken mit Messer und Schwert bei KCN Trogemann unter Beweis stellen konnten, konzentrierten sich die niedrigeren Gurte unter der Anleitung von Meister Krause auf die Bewegungsabläufe und das Zusammenspiel von Angriff und Abwehr mit dem Langstock. Besonders die ‚kleinen‘ Orange- und Weißgurte strahlten über beide Ohren, als wir bei Meister Krause zum krönenden Abschluss zudem

noch knifflige ‚Sinawali‘ praktizieren durften. Ich muss zugeben, diese Übungsform kannte ich bis dato noch gar nicht, aber auch mir hatte sie sehr viel Spaß bereitet und meine Koordinationsfähigkeit ziemlich gefordert.

Gegen 13 Uhr beendete KCN Trogemann den Lehrgang. Es wurde traditionell abgegrüßt und kurz aufgeräumt. Im Anschluss ging es für uns Zornedinger ‚Drachen‘ dann noch mit zum Italiener ‚La Piazza‘ im Nachbarort Nandlstadt, wo wir den Tag bei gutem Essen und entspannter Stimmung ausklingen ließen.

Fazit — Es war wieder ein sehr gelungener und äußerst abwechslungsreicher Lehrgang mit rundum zufriedenen und lächelnden Teilnehmenden; alle hatten stets mit so viel Freude und Einsatz zusammen trainiert. Ja, wir wurden von KCN Trogemann und Meister Krause mal wieder komplett assimiliert; jeglicher Widerstand war zwecklos (Star Trek, abgeänderte Standardbegrüßung der ‚Borg‘)!

Tang Soo!

Stefanie Kotyla, 6. Gup, TSD Zorneding

## Aus der Sicht eines Trainers und Prüfers

Prüfungen sind in der Regel eine Herausforderung, manche sind wichtige Meilensteine des Lebens, für die wir hart arbeiten müssen, um diese zu erreichen. Wir müssen uns vermehrt unter Beweisstellen und zeigen, dass wir die nötigen Fähigkeiten und das nötige Durchhaltevermögen besitzen, um diesen einen besonderen Meilenstein zu erreichen. Den Schwarzgurt!

In Esting im Studio von Senior Großmeister Trogemann waren am 29. Juni vierundzwanzig Schüler, davon fünf aus meinem eigenen Studio, aufgerufen sich einem solchen Meilenstein zu stellen. Um einen weiteren Schritt voranzukommen, auf das Ziel ein Schwarzgurt zu werden. Jede Farbgurtprüfung für sich ist ein Teilschritt hin auf dieses Ziel.

Als Trainer gestalten wir jedes Training so, dass jeder sich auf seine kommende Prüfung vorbereiten kann. Wenn sichtbar wird das die nötigen Voraussetzungen erfüllt werden, können die Schüler bei einer Prüfung antreten. Vor der Prüfung versuchen wir zusammen uns gezielt vorzubereiten, um ein möglichst bestes Ergebnis in der Prüfung zu erreichen.

In diesen ehrwürdigen und traditionsreichen vier Wänden in Esting, habe ich über die Jahre, einige Prüfungen erlebt. Mehrfach in meinen eigenen Prüfungen. Später viele male als Anleiter (Vorturner). Und nun schon ein paarmal als Prüfer.



An diesem Samstag in Esting waren die 24 Prüflinge aus den Studios, Esting, Zorneding, Au-Hallertau, Solln und Leitershofen gekommen, um eben einen weiteren Schritt in Richtung Dan-Prüfung zu machen. Manche von ihnen stehen ganz am Anfang ihrer Reise, andere sind schon fast angekommen.

Für mich ist jede Prüfung, in welcher Rolle auch immer ich sie begleiten darf, genauso spannend wie für die Prüflinge selbst. Es ist großartig über die Zeit manche Leute immer wiederzusehen und ihre Fortschritte miterleben zu dürfen. Die eigenen Schüler sind einem persönlich besser im Blick und schon im regulären Training beobachte ich ihre Entwicklungen. Dabei ist es normal das es über die Zeit Höhen und Tiefen gibt.

Auch anderen Prüflinge habe ich nun schon häufiger gesehen, und sehe wie ihre Entwicklungen voranschreitet. Es ist schön dies zu beobachten.

## Die Prüfung

Wir die Prüfer, Anna Steinmetz , Thomas Schromm, ich, Alexander Schmid . Christan Fasold (alle 3. Dan) und natürlich Großmeister Klaus Trogemann (8. Dan). In der Rolle des Vorturners unterstützten uns Barbara Steinmetz, Oliver Stahl und Patrick Zapf (alle 2. Dan).

Die Prüflinge wurden von Meister Trogemann in drei Gruppen aufgeteilt. Die erste Gruppe begleitete Barbara. Sie führte gewohnt souverän die Gruppe durch die Prüfung. Bei den heißen sommerlichen Temperaturen an diesem Tag brauchte es kein extensives Aufwärmen. Alle zeigten ein solides Bild in den Grundtechniken, alle Hand und Fuß Techniken wurden uns wie gewünscht gezeigt. Auch bei den Formen gab es keine groben Fehler, die ein Bestehen der Prüfung verhindern würde. Die „Hand, Fuß und Selbstverteidigung“ sind bei Prüfungen immer eine ganz spannende Sache. Als Trainer erlebe ich immer wieder die Situation, dass bei den Vorbereitungen die einzelnen Techniken gut funktionieren, in der Prüfung selbst, dann ganz neue und sagen wir interessante Variationen gezeigt werden, beziehungsweise sich ergeben. Etwas das wir als Trainer alle schon mit Faszination erlebt und beobachtet haben. Ob das in unseren Prüfungen früher auch so war? Wahrscheinlich. Doch in Summe auch hier nichts, was ein Bestehen verhindern würde. Theorie und Philosophie fragen sind wie immer der Schluss einer Prüfung. Ebenfalls zeigten alle das sie im Training gut aufgepasst hatten und so manchen Blick ins Gup-Manuel geworfen hatten.

Die Zweite Gruppe begleitete Oliver, ebenfalls souverän durch die Prüfung. Oliver steigerte das Tempo beim Aufwärmen und in den Grundtechniken deutlich. Im Estinger Studio stiegen die Temperatur an, dafür nahm der Sauerstoffgehalt gefühlt ab. Die Energie der Gruppe vertrug dieses Extratempo sehr gut. Alle Zeigten schöne und saubere Grundtechniken. Alle "Hand und Fuß Techniken" zeigten eine dem Gürtel entsprechende Steigerung. Eine weite Entwicklung die auch bei den Formen zu sehen war. Diese Weiterentwicklung war auch bei den „Hand, Fuß und Selbstverteidigung“ zu sehen, inklusive an einzelnen Stellen die erwähnten Varianten und Interpretationen. Doch auch bei dieser Gruppe nichts, was ein Bestehen verhindern würde. Die zweite Gruppe durfte sich zusätzlich bei Freikampf und dem Bruchtest beweisen. Der Theorie und Philosophie Part wurde ebenfalls ordentlich und sauber geschafft.

Die Gruppe drei begleitete Patrick ebenso routiniert und sicher durch die Prüfung. Patrick brachte ein paar neue und anspruchsvolle Aufwärmübungen mit. War zu diesem Zeitpunkt noch Sauerstoff im Raum? Heiß war nicht nur den Prüflingen, auch uns Prüfern war es warm und wir schwitzen mit. Schon bei den Grundtechniken zeigten sich das ebenfalls eine Weiterentwicklung stattgefunden hat, schöne und saubere Technikkombination wurden uns gezeigt. Bei den Formen, die schon in die fortgeschrittenen Hyungs übergehen, konnten wir auch eine weitere Entwicklung erkennen. Viel



weniger Variationen und deutlich näher am „Roten-Faden“ empfand ich die gezeigten „Hand, Fuß und Selbstverteidigung“. Daher keinerlei Beanstandungen. Die dritte Gruppe durfte wie auch schon Gruppe Zwei im Freikampf und dem Bruchtest Tang Soo Do Techniken in Aktion zeigen. Nicht alle Bretter und alle Techniken wollten

funktionieren. Eine Erfahrung, die ich schon häufiger auf Prüfungen machen musste. Auch wenn die gedachte Technik gut ausgeführt wurde, will das Brett einfach nicht nachgeben. Doch bei den meisten funktionierte es dann doch, wenn es auch mehr als einen Versuch gebraucht hat. Der Theorie und Philosophie Teil waren bei diesen höheren Gurten natürlich anspruchsvoll, nicht nur die Fragen, sondern auch die gegebenen Antworten zeigten eben die gleiche Weiterentwicklung.

Die Zuschauer, wir Prüfer und natürlich die Geprüften, waren am Ende der Prüfung zufrieden. Ich freue mich schon jetzt, in Zukunft mehr von diesen zukünftigen Schwarzgurten zu sehen. Hoffen wir, dass sie durchhalten, dieses Ziel zu erreichen!

Alexander Schmid, 3. Dan, TSD-Neufahrn

## Qigong Lehrgang 2024 in Esting

Wie in jedem Jahr, so bot auch Frühjahr Großmeister Klaus Trogemann einen internationalen Qigong Lehrgang an. So trafen am Samstag, den 08. Juni kurz vor zehn Uhr die Interessenten im Estinger Studio ein. Neben bekannten Gesichtern aus dem Tang Soo Do, war wieder ein externer Gast anwesend, dieses Mal aus Pullach.

Für viele Anwesende war es der erste Lehrgang dieser Art. Im ganztägigen Programm waren viele Formen Bestandteil, aber auch theoretische Dinge und Übungen. Wir starteten mit den Standardformen, quasi zum warm werden. Dann folgten einige Formen, die gezielt für Gelenkprobleme, Rücken und einzelne Körperpartien ausgerichtet sind und auch Formen, die sich auf die inneren Organe konzentrierten.

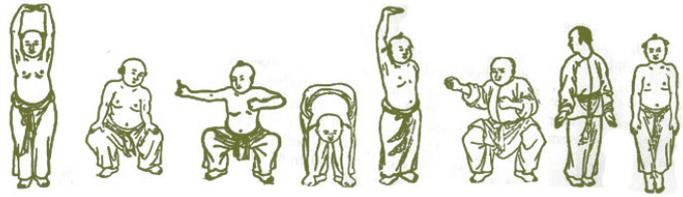
Kaum hatten wir uns versehen, war der Vormittag bereits herum. In geselliger Runde gab es eine Mittagspause, in der wir auch Zeit fanden, uns näher kennen zu lernen und privater zu werden.



Dann startete KCN Trogemann in den Nachmittag. Formen und Übungen wechselten sich ab. Zwischendrin wurden immer wieder Pausen gemacht, da wir bemerkten, wie der Einzelne Veränderungen an sich wahrnahm. Die Beine wurden schwerer, das Qi wurde aufgeladen und Körper ermüdeten. Gemeinsam erörterten wir, wie man richtig atmet, wo das Qi-Zentrum sich befindet und was regelmäßiges Qi Gong bewirkt.

Gerade in der für Anfänger recht anstrengenden "Brokat-" und "Fünf Elemente Form" merkte man rasch Veränderungen im eigenen Körper. Da ist richtige Körperhaltung und Atmung enorm wichtig. Die Frühlingswald- und Drachentor Form durften natürlich auch nicht fehlen. Immer wieder pausierten wir kurz und Meister Trogemann ging auf die Bücher und die darin befindliche Theorie ein. Im zweiten Manual überflogen wir kurz weitere höhere Anwendungen, die Reflex Zonen, den Qi Fluss und die Körper Meridiane. Wir philosophierten über den Nutzen von Qi Gong, wann jemand etwas spürt, wann man Veränderungen bei sich selbst wahrnehmen kann. Wir sprachen aber auch über die Techniken, wie wir diese in unsere Kampfkunst adaptieren können. Gerade verschiedene Bewegungen, als auch das richtige Atmen ist hierbei sehr wichtig. Von Stunde zu Stunde bemerkte jeder Teilnehmer eine gewisse innere Ruhe. Auch dieses regelmäßig angewandt ist vielleicht ein seltsames, aber bewusst herbeigeführtes Gefühl des Wohlsseins.

Die Welt ist so schnelllebig, der Alltag nur noch Hetze. Innerhalb kurzer Augenblicke muss man im Beruf oft wichtige Entscheidungen treffen, die vieles verändern können, evtl. sogar das Privatleben. Regelmäßige bewusste Pausen, gezieltes Atmen und einfach mal Abschalten ist für mich ganz wichtig geworden. Das ist sogar bei mir im Freundeskreis aufgefallen. Ich bin im Laufe der letzten Zeit immer ruhiger und gelassener geworden. Das geschah aber nicht von heute auf morgen. Dieser Prozess dauert. Die immer wiederkehrende Übung, das Regelmäßige ist hier das Geheimnis. Jemand, der ein bis zweimal Qi Gong Übungen gemacht hat, kann nicht erwarten, dass sein Inneres gleich im Reinen ist. Man muss es aber auch mögen und sich darauf einlassen.



Neben unserer Kampfkunst Tang Soo Do öffnet sich hier eine weitere Tür mit unglaublich vielen Formen und Übungen. Bei regelmäßiger Anwendung erkennt man diverse Überschneidungen. Wir laufen im Training eine höhere Form und stellen plötzlich fest: Das ist eine Atemtechnik, das ist ein Press-Schlag aus dem Qigong.

Nach einem ganzen Tag, ausgefüllt mit Qigong Übungen prickelten bei jedem nicht nur die Füße, sondern auch die Handflächen. Jeder kam zu seinem persönlichen Erfolgserlebnis. Wir nahmen uns Zeit, das ganze aufzuarbeiten, zu reflektieren. An dieser Stelle vielen Dank an Großmeister Klaus Trogemann. Sein umfangreiches Wissen ist auch hier unglaublich.

Neben meiner kaputten Hüfte und immer wieder auftretenden Problemen mit den Knien, bin ich schon seit Jahren vom Qigong überzeugt. Deswegen kann ich es nur weiterempfehlen. Aus meiner Sicht sollte jeder einmal diesen Lehrgang besuchen. Hinterher kann er für sich selbst entscheiden, ob er es mag oder nicht. Aber erst ausprobieren dann sich eine Meinung bilden!

Oliver Stahl, E Dan, TSD Solln

## Offizielle Ernennung von Großmeister Klaus Togemann beim Meisterlehrgang in der Schweiz



Vom 11. bis 14. Juli versammelte sich eine erlesene Ansammlung von TSD-Meistern, sowie eingeladene Schwarzgurte, in Thusis in der schönen Schweiz, um am diesjährigen Meisterlehrgang teilzunehmen. Es war eine besondere Freude, auch Gäste aus Mosambik und Brasilien zu begrüßen, aber auch Kampfkünstler aus Schweden, Frankreich, den

Niederlanden, dem Vereinigten Königreich, der Schweiz und Deutschland waren anwesend.

Die Tage waren gefüllt mit dem Üben höherer Formen und Waffenformen, dem Austausch von Erfahrungen und Wissen, dem Voneinander lernen und der Arbeit miteinander. Abends wurden Vorträge und Reden gehalten. KCN Klaus Trogemann hielt einen Vortrag über seine hohen Erwartungen an Meister und zukünftige Meister, sowie an die Gegenwart und Zukunft



der TGTSDA und machte deutlich, dass jeder im Verband die Verantwortung hat, die Qualität in der TGTSDA aufrecht zu erhalten, aber auch, dass jeder an hohe persönliche Standards gebunden ist. Beeindruckend war auch die Rede von Meister Jan De-Vry über die Motivation, ein TSD-Meister zu sein. Tiefgründige Gespräche und unterhaltsame Gespräche ließen die Abende ausklingen und unterstrichen die Atmosphäre der Kameradschaft und Freundschaft.



Am Samstagabend, nachdem sie bereits einen anstrengenden Trainingstag hinter sich gebracht hatten, wurden sechs Meister und Meisterkandidat:innen ausgewählt, die vom 4. Dan Instruktor bis zum 6. Dan Meister getestet bzw. vorgetestet wurden. In einem anspruchsvollen und herausfordernden Test zeigten die Prüflinge nicht nur ihre technischen Fähigkeiten und ihre körperliche Fitness, sondern mussten auch Fragen der Prüfer zu ihren

Beiträgen für den Verband und ihrem Verständnis als TSD-Meister beantworten.

Der Höhepunkt der Veranstaltung fand zweifellos am Sonntag statt. KCN Klaus Trogemann wurde offiziell zum 8. Dan Großmeister befördert. In einer feierlichen Zeremonie übergab KCN John Dickinson den Gürtel und er hatte auch ein wunderbares Geschenk für KCN Trogemann: Ein handgeschriebenes Banner. Meister Andrew Ewing



lobte in einer emotionalen Rede die Errungenschaften des Großmeisters in den Kampfkünsten, aber auch in seinem persönlichen Leben. Nach einer Fotosession vor dem spektakulären Hintergrund der Schweizer Berge endete der Meisterlehrgang mit einem leckeren Brunch zu Ehren der KCN Promotion.



Herzlichen Glückwunsch, Grandmaster Trogemann!

Tatjana Schwarz, Sam Dan, Bulsajo TSD, Senden

## Was ist ein Tang Son Do'ler?

Warum bekommt denn der einen Schwarzgurt? Der ist doch gar kein richtiger Schwarzgurt! Vielleicht habt ihr so etwas oder etwas ähnliches auch schon mal im Rahmen einer Prüfung oder bei einer Gürtelverleihung gehört oder mitbekommen. Aber was ist denn eigentlich ein richtiger Schwarzgurt? Was ist ein richtiger Tang Soo Do'ler? Was ist ein richtiger Kampfkünstler? Worauf kommt es an? Kommt es auf den Gürtelgrad an, den jemand irgendwann mal erreicht hat? Kommt es drauf an, wie gut die Techniken ausgeführt werden? Mit wie viel Power sie ausgeführt werden? Oder ob jemand möglichst viele Techniken und Formen kann?

Fangen wir mal mit der Genauigkeit und der Power der Techniken an. Hier ist es wichtig zu berücksichtigen, dass jeder unterschiedliche körperliche und geistige Voraussetzungen mitbringt. Jeder hat eine eigene Lerngeschwindigkeit und Lernkurve. Jeder hat auch unterschiedliche

Zeitpunkte, wann er überhaupt bestimmte Themen oder Details aufnehmen und verarbeiten kann. Somit ist der Weg und die Entwicklung eines jeden Tang Soo Do'lers sehr individuell und unterschiedlich. Die Genauigkeit und Power einer Technik, die bei dem einen Tang Soo Do'ler die Richtige war, ist noch lange nicht die Genauigkeit und Power, die man bei jedem anderem Tang Soo Do'ler erwarten darf. Wichtiger ist, dass jeder nach seinen Möglichkeiten und Voraussetzungen sein Bestes gibt und sich dadurch weiterentwickelt.

Das bedeutet, dass die Genauigkeit und Power der Technik gar nicht entscheidend ist, sondern dass das Engagement und der Fleiß viel wichtiger ist, da jeder seine individuelle Entwicklung durchläuft. Als Trainer ist es wichtig, dass man dies immer im Hinterkopf behält und immer individuell bewertet,



Achim Brall, 25 Jahre TSD, davon 20 Jahre als Trainer

wie sich ein Schüler weiterentwickelt. Auch wenn jemand technisch noch nicht so sauber ist, aber immer mit Fleiß und Ehrgeiz dabei ist, kann er sich im Rahmen seiner Möglichkeiten weiterentwickeln und damit auch für die nächsten Prüfungen qualifizieren.

Hier muss man auch mal Fünfe grade sein lassen und sollte nicht zu genau sein. Eine zu hohe Detailverliebtheit und Anspruch auf Genauigkeit, kann schnell demotivierend wirken und Schülern den Spaß an unserer Kampfkunst verderben. Und darum sollte es auch immer gehen, um Spaß.

Auch geht es nicht darum, möglichst viele Techniken und Formen zu können. Es geht vielmehr darum die für den relevanten Rang notwendigen neuen Techniken und Formen zu erlernen und alle bisher erlernten Techniken stetig zu wiederholen, zu verbessern und weiterzuentwickeln. Es gilt Geduld zu bewahren und sich erst einmal mit den für sich relevanten Techniken und Formen zu Beschäftigen.

Es geht auch nicht darum, welchen Gürtelgrad jemand irgendwann mal erreicht hat. Es geht darum, was man im hier und jetzt tut. Es geht darum sich kontinuierlich weiterzuentwickeln und an sich zu arbeiten, gleich ob als Schüler oder als Trainer. Es geht darum dabei zu sein. Ein wahrer Tang Soo Do'ler ist jemand der dabei ist, der kontinuierlich trainiert, an sich arbeitet, versucht immer besser zu werden, das erlernte weitergibt, sich mit ein bringt, den Tang Soo Do erhält und das mit ganze mit Spaß an dem was man tut.

Tang Soo!

Achim Brall, Sah Dan Master, TSV Issum

Der TSD Newsletter der Deutschen Tang Soo Do Vereinigung e.V. wird als Mitgliederzeitung für die DTSDV–Studios, –Clubs und –Gruppen herausgegeben und über die Verbands-Homepage [www.dtsdv.de](http://www.dtsdv.de) veröffentlicht.

<b>Herausgeber</b> Deutsche Tang Soo Do Vereinigung e.V., gemeinnützig (Verband für traditionelles Tang Soo Do) <b>Vertretung</b> Klaus Trogemann Palsweiser Straße 5-i 82140 Olching / Esting Tel.: 08142-13773 Fax: 08142-179972 Mail: <a href="mailto:dtsdv.trogemann@t-online.de">dtsdv.trogemann@t-online.de</a> Website: <a href="http://www.dtsdv.de">www.dtsdv.de</a>	<b>Beiträge und Mitteilungen</b> Textbeiträge und Fotos für den Newsletter sowie Mitteilungen, die den Newsletter betreffen, bitte per E-Mail an <a href="mailto:dtsdv.trogemann@t-online.de">dtsdv.trogemann@t-online.de</a> oder per Post senden an Klaus Trogemann Palsweiser Straße 5-i 82140 Olching/ Esting oder telefonisch unter +49 8142-13773
--	---

### Mitglieder der DTSDV e.V.

Adressen der an die DTSDV angeschlossenen Studios, Clubs und Gruppen – siehe

[www.dtsdv.de](http://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.